SANDA ȘTEFAN

VALERIU POPA

RALUCA DUMITRACHE

Dăruim Lumină și Iubire

pentru sănătate şi evoluție spirituală

SANDA ŞTEFAN

VALERIU POPA

RALUCA DUMITRACHE

DĂRUIM LUMINĂ ŞI IUBIRE

PENTRU SĂNĂTATE ŞI EVOLUŢIE SPIRITUALĂ

BUCUREŞTI - 2008

Raluca Dumitrache

1971-2002

"Viața nu se sfârşeşte cu moartea,
urmează o existență cu mult mai slăvită
decât ne-am putea imagina."

"Iubirea ține o eternitate
şi asta înseamnă mult ..."

Raluca Dumitrache

Acrostih

REGATUL MEU...

Regatul meu este acum în ceruri -
Aici am izbăvirea de dureri,
Luminile celeste îmi revarsă
Un zbor pe care nu-l știusem ieri...
Călătoria mea este deplină
Având o poartă dincolo de Eu

Din absoluta sferă a Iubirii
Unde vorbesc tăcerile mereu...
Mă mângâie, slăvind, un cor de îngeri,
Izvoarele mă curg nemărginit
Trudind să dăruiesc de-aici Lumină
Reîncarnând pe Cezar* întru mit...
Același dor mă cheamă-n armonie,
Cuvintele înalță ne-ncetat
Hotarelor ce nu mai au hotare,
Eternitatea care mi s-a dat...

București, ianuarie 2003

profesor Ion Lucian Coliță

* Cezar Dumitrache - soțul doamnei Raluca

Omagiu
Prințesei de Lumină

Editarea acestui volum acum, când se împlinesc șapte ani de când bucuria vieții mele, soția mea Raluca Dumitrache (Veverița —Veve) a plecat dintre noi spre o lume mai bună, reprezintă omagiul nostru adus memoriei acestei minunate ființe, de o delicatețe și o puritate morală desăvârșite.

Demnitatea ei regească, generozitatea spiritului său, frumusețea diafană și strălucirea ei autentică vor rămâne cu mine pentru totdeauna.

Sufletul ei ales a mers mai departe pentru a-și găsi propriul paradis.

Bunul Dumnezeu să o lumineze veșnic.

Amin.

Cezar Dumitrache

Acrostih

DE DINCOLO DE SINE

Văzând prin noi de dincolo de sine
Avea în ochi - lucind - redescifrarea;
Lucrând cu nevăzutul, întrebarea
Era menită-a vindeca destine...
Reinvestea în toți mereu o lege
Iradiantă-n harul mâinii sale
Unde găsea necunoscuta cale

Printre răscruci punându-ne-a-alege!
Ostenitor pământului, dă ceruri -
Părinte-al noii viziuni s-o poarte
Aici, urmașii lui, precum o Carte!

București, 4 iunie 2002

profesor Ion Lucian Coliță

Valeriu Popa

1924-1997

"Nimic din ceea ce omul gândește, simte, grăiește și făptuiește nu se pierde, ci rămâne înscris în Memoria Universală."

Valeriu Popa

Rugăciune

Să ne rugăm pentru sufletele celor pe care îi omagiem prin lansarea acestui volum, pentru neprețuita mea soție Raluca Dumitrache (Veverița – Veve) și marea Forță de Lumină Valeriu Popa, mulțumindu-le pentru că au existat lângă noi în această viață.

Tu Puterea Iubirii,
Spiritul Înțelepciunii,
Al cărui suflu dai
Și care reiei totul ce-ai creat,
Puternică Înțelepciune,
Coboară mila Ta
Asupra Ralucăi și lui Valeriu,
Și ajută-i prin subalternii tăi
În numele Sfintei Treimi,
Să evolueze învăluiți în Lumina Ta Divină,
În planul corespunzător evoluției lor spirituale,
Căci numai Tu ești
Unicul Creator și Unicul Salvator.

AMIN.

CUVÂNT DESPRE VALERIU POPA

Valeriu Popa — omul care a reuşit numeroase vindecări considerate spectaculoase, cel care a pătruns tainele naturii şi a desluşit secretul luptei cu bolile — este deja un personaj legendar pentru mulţi români, şi nu numai.

Viaţa sa a fost dedicată în întregime vindecării oamenilor deznădăjduiţi, în mod dezinteresat, redând semenilor săi credinţa şi bucuria de a trăi.

Toţi cei care l-am cunoscut, am învăţat de la el că încălcarea legilor naturale care ne guvernează existenţa, care ne condiţionează viaţa şi activitatea, ne conduce la o sănătate deteriorată. Însă, tot el ne-a învăţat că "totul este posibil". Este posibil să fim sănătoşi, să devenim sănătoşi, schimbându-ne modul de hrănire, modul de gândire, modul de viaţă. Este posibil să ne întoarcem la Dumnezeu şi la alimentaţia naturală pe care El ne-a lăsat-o, chiar în vâltoarea acestui început de mileniu în care spiritualitatea nu mai este o modă, ci o necesitate. Pe lângă legile morale ale lui Dumnezeu, trebuie respectate şi legile naturale ale lui Dumnezeu. Creştinismul s-a dedicat aproape complet "hrănirii" părţii spirituale a omului, ignorând în totalitate partea fizică. Totuşi, Biblia ne învaţă clar că omul este o fiinţă formată din spirit, suflet şi corp. Când o persoană se îmbolnăveşte, motivul este violarea unei legi naturale. Boala nu este naturală. Boala reprezintă efortul organismului de a se vindeca. Însă, omul trebuie să înceteze să mai violeze legea care a cauzat boala şi să înceapă să coopereze cu acea lege. Aceste legi naturale sunt reale şi cei care le încalcă, fie ei creştini sau necreştini, vor plăti un preţ teribil: dureri inutile, suferinţă şi moarte prematură. Dumnezeu a creat un organism care se poate vindeca prin el însuşi. Acesta se va vindeca dacă i se va da ocazia, dacă îi vom da hrana naturală pentru întreţinerea vieţii şi dacă îl vom curăţa de otrăvurile din toate sistemele pentru a-şi reconstrui celule noi, puternice şi vitale.

Valeriu Popa n-a fost numai un vindecător al corpului, ci şi unul al sufletului şi al spiritului. Pătrundea cu exactitate uluitoare în trecutul, prezentul şi viitorul omului atingând cele mai ascunse unghere ale sufletului, făcându-l pe om să-şi conştientizeze problemele şi cauzele lor, declanşând astfel în el vindecările sufleteşti.

Toate aceste vindecări, considerate de unii minuni, au fost făcute chiar sub ochii noştri.

Incredibilul dar al lui Valeriu Popa de a diagnostica mai ceva ca un tomograf şi de a spune lucruri specifice fiecăruia nu numai legate de sănătate, surprindea la început, apoi trezea încântarea şi încrederea, iar în final, oamenii primeau un fel de educaţie, trezind în ei dorinţa de a fi mai umani, mai buni, mai înţelegători faţă de durerile semenilor.

Vreme îndelungată, Valeriu Popa a fost negat de medicină, şi totuşi, cazuri grave, imposibil de rezolvat pe cale medicală clasică îşi găseau rezolvarea cu ajutorul regimurilor sale.

Medicii au rămas sceptici şi în ziua de azi în privinţa acestui fenomen numit Valeriu Popa. Stabilirea diagnosticului şi a tratamentului naturist sunt încă două necunoscute pentru medicina alopată care nu abordează omul ca un întreg.

Întotdeauna Valeriu Popa ne spunea: "Vindecarea se face fizic, mental şi spiritual, toate trebuie corelate".

Adevărata sa valoare a constat în autenticitatea sa.

A fost un vindecător în afara graniţelor raţionalului.

El a fost "pus" în acest loc. Cei care veneau la el erau oameni dezorientaţi, iar el trebuia să-i îndrume, unii găseau apoi drumul cel drept, alţii nici măcar nu ajungeau la el.

A fost trimis să întindă mâna celor rătăciţi şi deznădăjduiţi, să-i îndrume încotro să meargă.

Valeriu Popa a primit recunoaşterea oamenilor simpli, oameni care au simţit sprijinul şi ocrotirea sa.

Mesajul său de înaltă valoare umanistă a pătruns în inimile oamenilor. A fost un vindecător total dezinteresat material, iar când

cineva încerca să-i ofere ceva, îi spunea scurt: "Un dar de la Dumnezeu nu se face pe bani".

Era o persoană fascinantă care îți dădea forță numai prin atingerea mâinii.

Ne-a umplut de lumină și de admirație prin dragostea lui față de semeni, prin strădaniile lui de a da pace și încredere tuturor, de a insufla curaj.

A ajuns să intre în corpul uman printr-o gândire inginerească, plecând de la faptul că la baza fiecărui efect există și o cauză, concluzionând astfel că nimic nu este întâmplător, că totul este programat de cineva sau ceva pe care-l vom explica prin cunoaștere în anii ce vor urma.

A crezut întotdeauna că menirea lui în viață era de a ajuta oamenii în suferință și o făcea gratuit cu demnitate și modestie.

„Nu eu te vindec, tu te autovindeci, tu ești propriul tău vindecător, eu doar te sfătuiesc. Dacă te faci că faci, nu sari groapa, dacă faci mai mult decât îți spun eu, o să câștigi. Așa că: mingea e la tine...", le spunea mereu bolnavilor.

Avea o precizie uimitoare în a diagnostica orice maladie, chiar și pe cele nedetectate încă. Era un fel de senzor viu ce decodifica informațiile din corpul pacientului.

Ne-a oferit un nou mod de viață, o alimentație în armonie cu natura.

Prezența sa printre noi a fost o binecuvântare. În afară de sănătate, am mai învățat de la dânsul să prețuim și lucrurile misterioase, pentru că avea o curiozitate accentuată pentru cercetarea științelor oculte.

A făcut parte din grupul intelectualilor care practicau meditația transcendentală. Înainte de acea perioadă începuse să vindece boli pe care medicina le socotea incurabile, chiar dacă a fost persecutat de regimul comunist, dat afară de unde lucra și rămas pe drumuri.

Adrian Păunescu a fost singurul care a avut curajul să-l ajute publicându-l în revista al cărui redactor-șef era în vremea respectivă.

În ultima parte a vieții s-a ocupat de foarte multe științe adiacente vindecării naturiste și spirituale, ca de exemplu: învățătura despre reîncarnare, științe esoterice din Tibet, telepatia, medicina holistică, stabilirea diagnosticului pe baza modificărilor din aura umană. Încrederea extraordinară în sine a fost întotdeauna o calitate a marilor personalități. Era înzestrat cu o voință uriașă și neobosită și întotdeauna își ducea lucrarea până la capăt.Cerul l-a hărăzit cu o energie colosală care se putea observa atât în influența pe care o exercita asupra interlocutorilor sau auditorilor, cât și asupra pacienților și, mai presus decât atât, chiar și asupra publicului care niciodată nu-l văzuse sau auzise, ci doar aflase de la alții despre miraculoasele sale calități de vindecător.

Va rămâne ca un uriaș în domeniu, chiar pe plan mondial, în vindecarea spirituală. Stabilea diagnosticul pacienților chiar și de la distanță, putând să spună când a început boala și dacă are continuitate din reîncarnările precedente.

A trăit printre noi un om care, în decursul anilor și-a demonstrat calitățile de vindecător, iar fenomenalele sale însușiri, considerate astăzi paranormale, dar care mâine vor exista la majoritatea oamenilor, ne-au lărgit acest orizont omenesc, mărginit deocamdată. Am învățat că nu trebuie să negăm în totalitate tot ceea ce este neobișnuit. Tot de la el am învățat și cum să descriem invizibilul, cum să explicăm ilogicul, cum să vedem în imaterial, cum să privim existența dintr-un alt unghi și să reevaluăm multe dintre conceptele noastre.

Valeriu Popa nu trebuie să fi trăit degeaba. Marea operă de vindecare, tot ceea ce a făcut pentru luminarea sufletelor care doreau să fie luminate, pentru ajutorarea celor năpăstuiți, trebuia să continue.

Noi, cei care l-am cunoscut și iubit am dorit să-i ducem munca mai departe, la nivelul nostru, ca din planul superior în care s-a ridicat acum, să vadă continuitatea visului său.

Binele pe care l-a făcut supraviețuiește, acest bine este etern. Ne străduim și noi să-l facem și sperăm să reușim pentru că "a fi în

slujba lui Dumnezeu şi a semenilor este o răsplată în sine".

Pentru viaţa exemplară şi faptele de iubire, se cuvine să ne rugăm Bunului Dumnezeu pentru spiritul celui ce a fost aici pe Pământ, Valeriu Popa.

Dumnezeu să-l odihnească în pace.

AMIN

Sanda Ştefan

CUVINTE DE LUMINĂ

DOMNUL IISUS HRISTOS

Domnul Iisus Hristos a coborât în lume acum 2000 de ani pentru a ajuta omul să-şi transforme natura sa umană în natură divină, pentru ca el să-şi realizeze natura divină în el însuşi şi să-şi găsească locul său exact în Regatul lui Dumnezeu.

CELE 10 PORUNCI DUMNEZEIEŞTI

1. Eu sunt Domnul Dumnezeul tău, să nu ai alți dumnezei afară de Mine.
2. Să nu-ți faci chip cioplit, nici altă asemănare, nici să te închini lor.
3. Să nu iei numele Domnului Dumnezeului tău în deşert.
4. Adu-ți aminte de ziua Domnului şi o cinsteşte.
5. Cinsteşte pe tatăl tău şi pe mama ta ca bine să-ți fie şi mulți ani să trăieşti pe pământ.
6. Să nu ucizi.
7. Să nu fii desfrânat.
8. Să nu furi.
9. Să nu ridici mărturie mincinoasă împotriva aproapelui tău.
10. Să nu pofteşti nimic din ce este al aproapelui tău.

TATĂL NOSTRU

Tatăl nostru
Care eşti în Ceruri,
Sfințească-se numele Tău,
Vie împărăția Ta,
Facă-se voia Ta,
Precum în Cer aşa şi pe Pământ.
Pâinea noastră cea spre ființă,
Dă-ne-o nouă astăzi,
Şi ne iartă nouă greşalele noastre,
Precum şi noi iertăm greşiților noştri
Şi ajută-ne să nu cădem în ispită,
Ci ne izbăveşte de cel rău.
Că a Ta este împărăția şi puterea şi slava,
A Tatălui şi a Fiului şi a Sfântului Duh,
Acum şi pururea şi-n vecii vecilor
Amin.

CUVINTE DE LUMINĂ ALE DOMNULUI IISUS HRISTOS

„Omul nu poate trăi numai cu pâine, el are nevoie de fiecare cuvânt pe care îl rosteşte Dumnezeu."

„Fericiţi cei ce plâng, căci Dumnezeu îi va alina."

„Fericiţi cei umili, căci vor primi ce le-a promis Dumnezeu."

„Cel mai mare în Împărăţia Cerului este cel ce se umileşte şi devine ca acest copil."

„Fericiţi sunteţi când lumea vă insultă şi persecută, şi spune tot felul de minciuni rău-voitoare despre voi, fiindcă atunci voi mă urmaţi pe Mine. Fiţi fericiţi, căci răsplata vă aşteaptă în Ceruri. Profeţii care au trăit înaintea voastră aşa au fost persecutaţi."

„Fericiţi cei persecutaţi, fiindcă fac ce le cere Dumnezeu. Al lor va fi Regatul Cerurilor."

„V-am făcut cunoscut tot ce am învăţat de la Tatăl meu."

„Fiul omului a venit să caute şi să mântuiască ce era pierdut."

„Nimeni nu l-a văzut vreodată pe Dumnezeu, dar dacă ne iubim unii pe alţii, Dumnezeu rămâne în noi."

„Cine nu iubeşte, nu l-a cunoscut pe Domnul, căci Domnul este iubire".

„Dumnezeu este dragoste. Cine rămâne în dragoste, rămâne în Dumnezeu."

„Vei iubi pe aproapele tău ca pe tine însuţi."

„Fiţi perfecţi precum Tatăl vostru Ceresc este."

„Cunoaşteţi adevărul şi vă veţi elibera."

SRI SATHYA SAI BABA

Sai Baba, născut în 1926 în sudul Indiei, este recunoscut de milioane de persoane din întreaga lume ca Avatar. În hinduism, Avatarul reprezintă încarnarea umană a Divinității care posedă prin însăşi natura sa facultățile de omniprezență, omnipotență şi atotştiință.

„De fiecare dată când domneşte în lume dezordinea, Domnul se încarnează şi ia chip de om, astfel încât să le arate oamenilor calea păcii" - spune Sai Baba.

Acest sfânt indian este o mărturie vie a minunilor sale care trec dincolo de legile ştiințifice cunoscute şi sunt comparabile cu cele ale lui Iisus. A înfăptuit miracole şi continuă să le facă vindecând mulți bolnavi, ajutându-i pe sărmani, materializând diverse obiecte, ca şi cenuşa divină numită „vibhuti" ce serveşte în tratarea tuturor maladiilor.

Sai Baba n-a venit să răspundă intereselor unei comunități sau unei religii anume, ci pentru a sluji omenirea întreagă propăvăduind o religie unică, cea a iubirii şi a păcii.

Este un maestru divin al timpurilor noastre, aşa cum au fost la vremea lor, Budha, Krishna, Iisus.

Mesajul lui Sai Baba este acela de unitate şi iubire într-o lume sfâşiată de contradicții. El s-a întors pentru înălțarea spirituală a omenirii.

SANDA ŞTEFAN

CUVINTE DE LUMINĂ ALE LUI SAI BABA

„Doamne! Ia-mi iubirea şi las-o să curgă pe de-a-ntregul
în devoțiune către tine.
Doamne! Ia-mi mâinile şi lasă-le să muncească
fără încetare pentru tine.
Doamne! Ia-mi mintea şi gândurile şi lasă-le
să fie în acord cu tine.
Doamne! Ia-mi totul şi lasă-mă să fiu
instrumentul tău."

„Iubirea e Dumnezeu, iar Dumnezeu e iubire. Dumnezeu se manifestă acolo unde e Iubire. Să iubiți tot mai mulți oameni, cu tot mai multă forță. Prefaceți această iubire în ajutor şi ajutorul în rugăciune, iată disciplina spirituală cea mai înaltă."

„Să nu aşteptaţi nimic în schimb de la cei pe care-i iubiţi."

„Învăţaţi Iubirea Univesală, astfel Divinitatea din voi se va putea exprima în toată plenitudinea sa."

„Religia şi disciplina spirituală sunt esenţiale pentru perfecţiunea umană şi realizarea de către fiinţa omenească a celui mai înalt ideal al său. Religia este una în UNITATE."

„Controlul simţurilor este devoţiunea adevărată."

„Nu poate exista fericirea adevărată fără credinţă şi devoţiune."

„Adevărată fericire înseamnă să te încredinţezi voinţei supreme."

„Ochii fizici trebuie să vă arate slava lui Dumnezeu, iar ochiul interior să vă arate Divinitatea din voi şi din Creaţie."

„Înţelepciunea poate salva întreaga omenire şi fiecare faptă a noastră trebuie să izvorască din înţelepciune."

„Fericirea acestei lumi va fi garantată atunci când armonia şi înţelegerea vor coborî între oameni."

„Dumnezeu deţine exclusivitatea în guvernarea cosmosului. El n-are dorinţe. Datoria omului este să-I ofere iubirea şi să-L slăvească manifestând această iubire cum poate mai bine."

„Aminteşte-ţi că te apropii de Dumnezeu cu fiecare pas făcut, şi că Dumnezeu, atunci când faci un pas către El, face zece paşi către tine. Nu există oprire în acest pelerinaj; este o călătorie continuă, zi şi noapte, prin văi şi deşerturi, printre lacrimi şi zâmbete, prin moarte şi naştere, prin morminte şi pântece."

„Drumul către fericire nu se află în a face ce îţi place, ci în a-ţi place ceea ce trebuie să faci."

„Eu predic numai o singură religie, a iubirii pentru toţi, care singură este capabilă să reunească rasa umană într-o fraternitate a omului aflată sub paternitatea lui Dumnezeu."

„Dumnezeu nu va fi mişcat de comentariile filozofice stricte. El este mulţumit numai de practica efectivă; de strădania autentică; de efortul sincer, onest; de lupta neobosită de a-ţi curăţa mintea. Lupta trebuie să fie alertă şi activă până ce ţelul este atins."

„ AUM-ul lui OM reprezintă principiul OM TAT SAT adică Acesta este Adevărul, Eu sunt Adevărul şi Adevărul este Unul. Sunetul OM este mereu prezenta voce interioară, Eco-ul chemării Divine din cavitatea inimii. Ascultaţi-l, simţiţi fiorii săi. Sunetul unei mantre este la fel de valoros ca şi înţelesul său."

VALERIU POPA

Valeriu Popa (1924-1997) a fost şi rămâne marele vindecător al României, un deschizător de şcoală şi drum în domeniul naturismului şi bioenergeticii în ţara noastră.

Primind sfaturile lui, mii de oameni - bolnavi fără alte şanse pe calea medicală alopată - s-au autovindecat.

Om de înaltă moralitate şi spiritualitate, oferea ajutorul necondiţionat şi gratuit. Învăţa oamenii să-şi poarte singuri de grijă într-un mod simplu şi corect, să-şi reconstruiască sănătatea prin propriile forţe.

A fost promotorul călăuzirii paşilor noştri prin labirintul unei practici naturiste puţin cunoscute la noi şi mai puţin acceptată de lumea medicală.

Dotat cu capacităţi enorme de vindecare, toţi cei care l-au cunoscut au crezut şi cred în miracolul terapiei naturiste.

Datorită generosului, neobositului şi marelui iubitor de oameni, Valeriu Popa, trăiesc astăzi şi se bucură de viaţă mii de „foşti pacienţi".

SANDA ŞTEFAN

CUVINTE DE LUMINĂ ALE LUI VALERIU POPA

„Iertarea este calea spre adevărata sănătate şi fericire."

„Esenţa fiinţei noastre este dragostea universală necondiţionată."

„Viaţa este cea mai dură şcoală a acestei planete, prin ea trec toate formele emanate de la natură pentru a căpăta evoluţie."

„Dacă medicina de mâine vrea să fie medicina viitorului, trebuie să înveţe omenirea instinctoterapia."

„Fugind de natură, fugim de noi."

„Binele de azi este binele de mâine, răul pe care-l faci azi îl primeşti mâine."

„Ţine minte omule: ce emiţi, aia atragi."

„Gândul e forţă, dacă ai emis un gând şi nu ai dreptate se întoarce contra ta cu dublă intestitate."

„Ori de câte ori oamenii tulbură echilibrul natural, atrag asupra lor consecințe de la nefaste până la dezastruoase."

„Eu nu vindec, vindecarea o face doar Divinitatea."

„Boala este o încălcare a legilor Naturii, iar în termeni religioși este un păcat."

„Orice boală sau moarte prematură înainte de 111 ani constituie accidente datorate infracțiunii de nerespectare a regulilor naturale ale vieții."

„Dragă române, dacă exişti cu adevărat, ține minte că oricine vine din afară să te ajute, nu o face fără interes."

* * *

Analizând fiecare frază din rugăciunea de căpătâi Tatăl Nostru, vorbind despre păcat şi greşeală, Valeriu Popa a sesizat că păcatul este făcut cu bună ştiință. El se ispăşeşte, nu se iartă. De aceea, simțea nevoia să sublinieze că se iartă greşelile, cele făcute fără de voie, căci cele făcute cu voie, adică cu bună ştiință, erau de fapt păcate.

O problemă care l-a frământat multă vreme a fost în legătură cu fraza: „...Şi nu ne duce pe noi în ispită".

Dânsul se întreba şi îi întreba pe cei care ascultau: „Cine ne duce în ispită, binele sau răul?" Bineînțeles că oamenii răspundeau, cum e şi firesc, că răul ne duce în ispită.

La acest răspuns Valeriu Popa punea o întrebare care îți tăia răsuflarea: „Şi atunci, cum pot eu să acuz în rugăciune Divinitatea că mă duce în ispită?"

Pentru a răspunde la această întrebare, preț de câțiva ani a studiat traducerile rugăciunii „Tatăl nostru" şi din alte limbi, cerând în acelaşi timp şi sfatul preoților. De fapt rugăciunea a fost spusă de Iisus în limba aramaică. Apoi Luca, Marcu şi Ioan au scris evangheliile în limba greacă, iar Matei a scris evanghelia în limba aramaică. Noi, românii, am făcut traducerea din greacă,dar şi alte țări europene au traduceri ale rugăciunii (în franceză de ex.) unde nu apare enunțul că Divinitatea duce în ispită.

Astfel, sensul acestei fraze este: „Şi ne ajută să nu cădem în ispită" sau „Şi nu ne lăsa să cădem în ispită".

Aceste formulări, Valeriu Popa le considera mai adecvate, rostindu-le şi în cadrul unor conferințe, dar nu ca pe un adevăr absolut, ci ca pe o ipoteză desprinsă din preocupările sale.

Când cei însetați de cunoaştere îl întrebau:
Cum îi ajută Dumnezeu pe oameni?
Valeriu Popa le explica:

Creatorul ne ajută prin intermediul subalternilor săi, care sunt entități benefice de lumină (în limbaj popular oamenii îi numesc îngeri) şi au misiunea de la Sfânta Treime să ne aibă în grijă şi pază şi să ne susțină în realizarea programului divin cu care am venit în această viață.

Pentru că, sublinia deseori Valeriu Popa, omul când vine la viață este înzestrat de Dumnezeu cu un program divin care îi este dat (dacă este spirit mai evoluat şi-l alege singur cu acceptul Sfintei Treimi acesta fiind autoprogram) şi cu liber arbitru.

Prin liberul arbitru de care dispune, încălcând legile divine omul se poate abate de la programul dat (sau autoprogramul luat) căzând în greşeală.

În aceste idei, dânsul a formulat rugăciunea „Tatăl nostru" astfel:

Tatăl nostru, Care eşti în ceruri, sfințească-se numele Tău, vie împărăția Ta, facă-se voia Ta, precum în cer aşa şi pe pământ. Pâinea noastră cea de toate zilele dă-ne-o nouă astăzi, şi ne iartă nouă greşelile noastre, cele făcute fără de voie, precum şi noi iertăm greşiților noştri. Şi ne ajută prin subalternii Tăi, să nu cădem în ispită prin liberul arbitru, față de programul dat sau autoprogramul luat când am revenit la o nouă viață. Şi ne izbăveşte de cel rău.

Că numai Tu eşti Unicul Creator şi Unicul Salvator.

Amin.

OVIDIU HARBĂDĂ
CEZAR DUMITRACHE

PLEDOARIE PENTRU GÂNDIREA POZITIVĂ

„De la gând, privire, gest, vorbă, faptă, totul se înregistrează şi se computerizează undeva în finit, şi suntem direct răspunzători pentru că mâine ne întâlnim cu noi" spunea frecvent Valeriu Popa.

Da, după ce plecăm din această viaţă, ne întâlnim cu noi, adică vom fi judecaţi pentru tot ceea ce am trăit aici pe pământ, şi bine şi rău. Credem sau nu, ne place sau nu ne place, aceasta este realitatea: vom da socoteală pentru gândurile, cuvintele şi acţiunile noastre.

„Gândul este o mare forţă", au afirmat şi afirmă toţi oamenii luminaţi de pe acest pământ. Realmente, prin gândirea noastră putem genera o forţă benefică nouă sau o forţă negativă ce va acţiona în detrimentul nostru.

În ziua de azi, din nefericire, facem multe greşeli de gândire, la care concură şi lipsa de credinţă la unii dintre noi.

Se întâmplă însă, şi este mult mai grav să gândim în mod premeditat cu rea intenţie, iar consecinţele pot fi fapte reprobabile dintre cele mai periculoase pentru lumea înconjurătoare.

Şi într-un caz şi în celălalt, aceste defecţiuni de gândire formează aşa numita gândire negativă, care pe lângă faptul că matematic creează dizarmonie în Univers, ne poate conduce în multe cazuri la boli grave. Sunt aşa numitele boli prin autoaccidentare (de la Valeriu Popa citire) care sunt vindecabile cu terapii sau regimuri adecvate, dar numai cu condiţia obligatorie ca persoana în cauză să-şi schimbe radical modul de gândire, implicit modul de viaţă. Excepţie fac bolile karmice, aşa numitele boli autoprogramate (tot de la Valeriu Popa citire), care sunt nevindecabile indiferent de calea pe care o alegem, dar aici intrăm într-o zonă delicată pe care nu ne-am propus să o atingem acum.

Deoarece modul de gândire pozitiv este vital pentru o viaţă plină de armonie şi sănătate, mi-am permis prin cele câteva paragrafe ce urmează, să aduc, sper eu, un îndemn la meditaţie pe această temă.

* * *

Ca o idee generală, încercați permanent să gândiți pozitiv.

Este într-adevăr foarte dificil să-ți controlezi permanent gândirea, dar progresiv, muncind cu noi, cu efort, putem emite din ce în ce mai multe gânduri pozitive.

Ce semnifică aceasta?

Înseamnă să fim fericiți că existăm, să ne bucurăm de tot frumosul ce ne înconjoară, să mulțumim Divinității pentru ceea ne-a dat, să fim optimişti, să iubim Creația şi implicit pe cei din jurul nostru, să atingem o liniște şi o pace interioară pe care vicisitudinile vieții să nu o poată clinti.

Cum?

Prin conectare permanentă la Cel de Sus.

* * *

Nu puneți nimic şi pe nimeni mai presus de Dumnezeu. Nici copilul pe care-l adorați, nici soția iubită, nici părinții minunați, nici pasiunea dumneavoastră, nici casa, maşina etc.

A pune pe primul plan altceva înaintea Domnului, semnifică o eroare fundamentală existențială, o mare lipsă de recunoştință față de Cel ce ne-a creat, pentru că fără El nu ne-am fi născut. Să ştiți că legile Divine funcționează perfect, iar lipsa de recunoştiință față de Cel de Sus sau față de semenii noştri ne poate costa scump.

Ne apar câteodată fel de fel de ghinioane şi credem noi că vin din senin. Nici vorbă, ni le atragem şi prin lipsa de gratitudine, pentru că supărarea celui nedreptățit, dacă este corect motivată, ia diverse forme energetice, care într-o zi îi vor lovi pe cei vinovați.

Pentru că totul se plătește, mai devreme sau mai târziu!

* * *

Este foarte benefic ca în discuțiile purtate să amintim numele Domnului cu multă dragoste, pentru că în acel moment ne conectăm la cea mai pură şi mai înaltă formă de energie care ne va lumina calea. Vom acumula astfel o energie extrem de puternică şi prețioasă,

care ne va ajuta în desfăşurarea activităţilor cotidiene.

Dacă vreţi să vă convingeţi, citiţi în mod repetat capitolul CUVINTE DE LUMINĂ. Dar citiţi-l cu inima deschisă, căutând să vă concentraţi cât mai bine, astfel încât acele cuvinte să vă pătrundă toată fiinţa.

Efectul acestei lecturi de lumină vă las să-l constataţi dumneavoastră.

* * *

Rugăciunea cea mai dragă lui Dumnezeu este rugăciunea de mulţumire.

Prea mulţi oameni şi prea des folosesc rugăciunea ca să ceară:

„Dă-mi Doamne sănătate, dă-mi Doamne noroc în dragoste, dă-mi Doamne casă, maşină etc." ajungând până la cereri hilare („dă-mi Doamne noroc să câştig la Loto") etc.

Dar de mulţumit pentru ce am primit şi ce primim, când mulţumim oameni buni? Oare Dumnezeu e dator să ne dea în continuu de toate, şi noi nu avem nici măcar obligaţia morală şi bunul simţ să mulţumim?

Oricum, degeaba cerem noi câte în lună şi în stele, pentru că Bunul Dumnezeu ne va da doar ce ne este de folos în această viaţă aici pe Pământ.

Fiecăruia i se dă după ceea ce merită şi nu avem noi dreptul să judecăm şi să analizăm. Nu putem şti noi ce merite a avut fiecare înainte de a coborî pe Pământ sau cât a muncit fiecare aici, în această viaţă (în cazul în care a acumulat o avere din muncă cinstită, fără să înşele sau să calce pe „cadavrele altora", ceea ce este dificil, dar posibil).

Cei privilegiaţi însă au obligaţia morală să-i sprijine pe cei ce nu dispun de venituri suficiente şi n-au nici posibilitatea de a munci (copii, bătrâni, bolnavi).

* * *

Nemulţumirea creează în organism o stare energetică negativă

şi dacă această atitudine vis-a-vis de viaţă se perpetuează, poate conduce la boală.

Sunt situaţii în care din nemulţumire se nasc gânduri de sinucidere. Doar că ne gândim la sinucidere şi comitem un mare păcat. Cât despre sinucidere (nu o spun eu, ci spirite evoluate), ţineţi minte:

„Sinuciderea este cel mai mare păcat posibil pe care puteţi să-l faceţi pe acest Pământ".

Suferinţa spiritului celui care îşi abandonează în mod voit corpul fizic pe Pământ, înainte de a-şi îndeplini destinul trasat de Sfânta Treime, este maximă. Pentru că pedepsele dictate de Cer pentru acest gest sunt cele mai aspre. Excepţie fac bolnavii mintali, fără discernământ, care se sinucid în mod inconştient.

* * *

Mulţumiţi Domnului pentru că sunteţi sănătos, acesta fiind darul cel mai de preţ pe care-l au oamenii pe Pământ.

Din păcate, mulţi dintre noi, până când nu ne îmbolnăvim, nu apreciem sănătatea la justa ei valoare. Alergăm după bani, sau după poziţie socială, vrem să acumulăm cât mai multe bunuri materiale, să facem avere, suprasolicitându-ne propriul organism, lucrând în condiţii de stres, cu o alimentaţie haotică, fără să ne odihnim suficient. Uităm că organismul nostru nu este făcut din fier beton, el are nişte limite pe care noi le depăşim cu nonşalanţă, crezând (gravă eroare) că nimic nu ni se poate întâmpla, ci numai alţii se pot îmbolnăvi, pot face infarct etc. De cele mai multe ori, nu ţinem cont nici măcar de semnalele de alarmă date de corpul nostru (dureri de cap, de stomac, de inimă, ameţeli, răceli şi gripe repetate - ceea ce semnifică un sistem imunitar slăbit, e.t.c.).

Dar, vine o zi când inevitabilul se produce şi ne prăbuşim. Şi atunci, cei în cauză realizează că fără sănătate nu-ţi foloseşte la nimic averea, pentru că nu te mai poţi bucura de ea.

* * *

Nu aş vrea să se înţeleagă că numai prin supraefort ne putem

îmbolnăvi. Sunt şi alte „metode" prin care se poate pierde cu uşurinţă sănătatea.

Lipsa de activitate, lenea, comoditatea, sedentarismul, lipsa de mişcare duc în aceeaşi direcţie.

Pentru că organismul uman este proiectat de Dumnezeu ca un „vehicul" pe care noi să-l folosim în mod activ, pentru acumularea de noi experienţe, pentru a îndrepta greşelile din trecut etc. Pe de altă parte, omul vine pe Pământ şi ca să creeze, să lase ceva în urma lui.

De aceea, leneşii sunt amendaţi prin tot felul de necazuri, ghinioane, boli care au rolul să-i mobilizeze să-şi folosească corpul fizic şi mentalul la parametri normali.

* * *

Neîmpăcarea cu sine este o sursă sigură de îmbolnăvire, pentru că cine nu se acceptă aşa cum este, nu se va putea înţelege prea bine nici cu cei din jurul său. Şi prin această atitudine vis-a-vis de viaţă, ne fabricăm energia negativă care produce boală. Acelaşi tip de energie este generată şi de toate trăsăturile de caracter negative.

Oamenii mândri, orgolioşi (orgoliul este foarte periculos pentru om), invidioşi, răutăcioşi, bârfitori, lacomi, mincinoşi, prefăcuţi, pemanent nervoşi se autoîmbolnăvesc.

Mulţi, atunci când dau de sume mari de bani sau sunt numiţi într-o funcţie importantă, îşi schimbă caracterul, devin mândri, foarte orgolioşi, în loc să încerce să-şi ajute semenii, să se aplece cu dragoste asupra celor în suferinţă.

* * *

Cum putem să ne recâştigăm sau să ne menţinem starea de sănătate ce ne-a fost dată? Simplu! Fiind liniştiţi, împăcaţi cu noi şi cu cei din jurul nostru, iubindu-ne şi ajutându-ne semenii, implicându-ne într-o activitate benefică din care să aibă şi alţii de câştigat, dozându-ne corect efortul pe care-l facem pentru a nu ne pierde starea de echilibru, alimentându-ne fără lăcomie dar sănătos (cât mai puţine prăjeli, dar

multe legume, fructe, cereale, de preferință carne de pește și pasăre - dacă se poate de curte, evitând alimentele și băuturile cu multe E-uri, bând multe lichide - apă, ceai din plante), făcând multă mișcare în aer liber și punând pe primul plan credința în Creator manifestată prin fapte.

* * *

Cred unii că dacă merg la biserică, se spovedesc și se împărtășesc de câteva ori pe an, au rezolvat toate problemele, pot face orice pentru că îi iartă Dumnezeu.

Spovedania este o mare binefacere pentru cel care vrea să-și recunoască greșelile, deoarece se ușurează de povara acestora, își purifică sufletul, dar numai dacă nu mai repetă răul făcut!

Pentru că pe Bunul Dumnezeu îl bucură doar faptele de credință. Mai mult, spun unii luminați: „Credința fără fapte de credință nu e credință".

Așadar, căutați să intrați în Casa Domnului cu umilință și smerenie și atunci energia purificatoare a Sfântului Duh, pogorâtă în timpul slujbei vă va pătrunde ființa. Gustați astfel sentimente de înălțare, de beatitudine și vă veți întoarce acasă mai buni ca înainte.

Din contră, cei care merg la biserică ca să dea acatiste de răzbunare (să-l pedepsească Dumnezeu pe.....), comit un mare păcat, atrăgând asupra lor (sau asupra propriilor copii) multe nenorociri! În casa Domnului trebuie să intrăm cu gânduri de iubire, nu cu dorință de răzbunare. Să lăsăm judecata în voia Domnului.

De aceea una din cele mai puternice rugăciuni este:

„Facă-se Doamne voia Ta"

* * *

Blestemul este unul dintre cele mai grele păcate pe care le poate comite cineva, indiferent de motivația invocată.

El poate să lovească sau nu, în funcție de protecția Divină de care se bucură cel vizat, dar în mod sigur, blestemul va lovi mai devreme

sau mai târziu în cel care l-a formulat şi în familia acestuia. Practic, vă autodistrugeţi blestemând şi îi distrugeţi şi pe cei dragi din jurul dumneavoastră.

Dacă aveţi cumva în familie sau printre cunoscuţi indivizi care recurg la asemenea practici şi consideraţi că puteţi fi ţinta lor, singura protecţie posibilă şi eficientă este conectarea la Divinitate prin rugăciune şi post. Spuneţi câte o rugăciune şi pentru sufletul lui rătăcit (să-l lumineze Dumnezeu să nu mai cadă în greşeală).

Sub nici o formă însă, nu răspundeţi cu ură la ură, căci veţi pierde. Lăsaţi această luptă în sarcina Domnului.

* * *

Aşa cum există Bunul Dumnezeu, există şi celălalt. Îl voi numi d.... pentru că nu vreau şi nici nu e bine să-i scriu numele!

Din nefericire, mulţi dintre noi folosesc în vorbirea curentă periculos de frecvent cuvântul d...., care îi ajută la alcătuirea unor înjurături sau pur şi simplu pentru că aşa s-au obişnuit, şi li se pare că în acest mod au un limbaj mai interesant.

Nu este deloc interesant să te conectezi atât de des la energia celui întunecat, pentru că puteţi primi numai necazuri, ghinioane, boală. Apelându-l foarte des pe d...., nu faceţi decât să vă îndepărtaţi de ceea ce înseamnă Bine.

Ţineţi minte!

Acest cuvânt (d...) trebuie să dispară definitiv din vocabularul dumneavoastră.

* * *

Viciile: tutunul (oricât de puţin), alcoolul în exces (de droguri nici nu mai are sens să vorbim) şubrezesc semnificativ sănătatea.

Alcoolul produce în timp leziuni ireversibile pe creier, afectează grav ficatul şi sistemul digestiv etc., te poate conduce la starea de epavă umană.

Tutunul afectează grav căile respiratorii, plămânii, periclitând

buna funcționare a unor organe vitale (inimă, ficat, rinichi, și altele). În același timp se numără printre factorii principali care determină creșterea acidității în organism, luând ființă astfel multe boli care în aparență n-au legătură cu fumatul. De asemenea, îi îmbolnăviți cu nepăsare și pe cei de lângă dumneavoastră, care nefumători fiind, sunt obligați să vă suporte fumul.

Chiar nu vă gândiți deloc la cei dragi (copii, nepoți) cărora le scurtați viața, doar ca să consumați dumneavoastră această otravă?

Implicațiile acestui viciu sunt mult mai ample decât sănătatea fizică; el acționează în planuri subtile (care nu fac obiectul acestui volum) și când ne retragem din această viață, la momentul fixat de Dumnezeu, luăm cu noi această încărcare energetică nocivă.

O cunoștință de a mea întreba ceva de genul: „care este diferența dintre un mort sănătos și un mort care a fumat?". Răspunsul este: „Diferența este enormă! Cel sănătos fizic și mental se ridică la lumină în planul corespunzător evoluției sale spirituale (putem să-l numim generic RAI), iar cel intoxicat cu tutun sau alcool, gânduri și fapte urâte ajunge acolo unde merită, toxicitatea din corpul sufletesc (care nu moare o dată cu trupul fizic) nepermițându-i o înălțare în straturile spirituale superioare. Abia atunci, cel ce a greșit pe Pământ va conștientiza prostiile făcute, și din păcate, suferința corpului sufletesc are un impact mult mai puternic asupra noastră decât suferința în corp fizic.

* * *

Un alt factor puternic nociv pentru organism este stresul. Cei care și-l asumă în mod conștient (lucrează în condiții de stres) trebuie să se gândească foarte bine la ceea ce fac, pentru că este demonstrat științific medical că stresul se acumulează în timp și, când atinge un anume nivel critic, omul se îmbolnăvește.

Puțini cunosc că perioadele de odihnă (care au multe efecte benefice asupra organismului) nu anulează și cumulul de stres.

Practic, trebuie să avem grijă ca acest stres adunat într-o viață,

să nu atingă un prag care să ne pună în pericol sănătatea.

* * *

Stările nervoase sunt iarăşi, periculoase. De multe ori ne enervăm din motive puerile şi ne afectăm starea de sănătate în mod gratuit, pentru lucruri care nu ne ating deloc: s-a dat o lege nedreaptă care însă dezavantajează pe altcineva, un politician a declarat ceva neplăcut, o cunoştinţă de-a noastră a luat o decizie contrară sfatului nostru etc.

Sunt şi situaţii care ne afectează, şi aparent avem motiv să ne enervăm, dar am fi tare deştepţi dacă nu le-am pune la suflet, măcar pe acelea pe care nu le putem schimba.

Cu alte cuvinte, ne îmbolnăvim inutil, pentru că nu o să reuşim să mai facem educaţie cuiva care nu are cei 7 ani de acasă. Pe de altă parte, putem întâlni o situaţie în care cineva să greşească fără intenţie, trecând printr-un moment greu în viaţă, şi trebuie să-l înţelegem.

* * *

Spiritul critic exacerbat este boală curată. Toţi sunt în fel şi chip, toţi greşesc, numai noi suntem foarte grozavi. Este amuzant cum îşi critică unii semenii pentru nişte fleacuri, dar nu observă cum cheltuiesc ei din puţinul pe care-l au, în fiecare zi, pe ţigări, alcool ca să-şi ruineze sănătatea (vorba aceea „nu-şi văd bârna din propriul ochi").

Le recomand celor care nu mai pot de grija altora să-l lase pe Bunul Dumnezeu să ne judece. Noi nu câştigăm nimic dacă ne criticăm sau ne bârfim semenii, doar pierdem o energie pe care o putem folosi în scopuri benefice şi, orice pierdere de energie, crează un dezechilibru în organism.

* * *

Dacă suntem generoşi, ne iubim semenii şi îi apreciem ajutându-i pe măsura posibilităţilor noastre în mod dezinteresat, înseamnă că facem fapte de credinţă pe placul Bunului Dumnezeu.

Să nu fim orbi şi lacomi, şi în egoismul nostru să nu ne pese decât să ne fie nouă bine, în timp ce, aproape de noi există atâta suferinţă. Sunt oameni care trebuie şi merită să fie ajutaţi cu hrană, îmbrăcăminte, o vorbă bună, un sfat prietenesc etc.

Când ajutăm sau dăruim, trebuie să facem aceste gesturi cu dragoste din toată inima, fără să aşteptăm vreodată ceva în schimb.

Faceţi în aşa fel ca, şi în sufletul celor amărâţi, să se aprindă flacăra bucuriei, căci Bunul Dumnezeu vă va răsplăti înzecit. Aşa că "cine dă, îşi dă lui, cine ia de la alţii, ia de la el", aşa cum bine spune un bun prieten al meu, astrolog de înaltă clasă.

* * *

Când faceţi o pomană pentru sufletul cuiva drag plecat dintre noi, puneţi în pachetele alcătuite cu dragoste, alimente de calitate, care să-i bucure pe cei ce le primesc. Dacă aveţi o situaţie materială delicată, daţi un simplu covrig de pomană, dar daţi-l din inimă şi va fi la fel de bine primit. Să nu vă zgârciţi dacă aveţi posibilităţi, pentru că satisfacţia celor ce primesc pomana, ajunge în mod real, prin puterea gândului, la sufletul în numele căruia s-a dat hrana. Acesta simte într-adevăr o senzaţie de fericire. Nici nu putem descrie în cuvinte vibraţiile înalte de lumină care-i învăluie pentru faptul că în numele lor, sunt ajutaţi oameni aici pe Pământ!

La polul opus, bocetele produc multă suferinţă celor plecaţi dintre noi, pentru că durerea noastră exteriorizată fără măsură devine o energie negativă pe care o transmitem corpului lor sufletesc. Sau mai simplu spus, ei receptează ce emitem noi. Le transmitem dragoste, vor fi învăluiţi de dragostea noastră; le transmitem lacrimi de suferinţă, sufletul lor va fi ars de lacrimile noastre.

* * *

Atunci când suntem invitaţi la o aniversare, cumpărăm de obicei un cadou. Să ştiţi că este foarte important ca acel cadou să-l dăruiţi din suflet şi în acelaşi timp să-l bucure pe sărbătorit. Bucuria lui vi se va

transmite energetic dumneavoastră şi veţi avea mult de câştigat prin recepţionarea unei astfel de energii benefice, chiar dacă atenţia respectivă v-a costat ceva mai mult.

Tatăl meu, Dumnezeu să-l lumineze acolo unde este el acum, avea pe vremuri (anii '60) un prieten foarte bun, ştiu că se numea Niţu. A primit de la el un desfăcător de conserve şi o unghieră, amândouă fabricate în Japonia dintr-un oţel excepţional. Şi în ziua de azi, după aproape 40 de ani, eu folosesc acea unghieră şi acel desfăcător de conserve pentru că sunt mai bune decât altele noi, de firmă. Şi de fiecare dată când le utilizez, mă gândesc cu drag la domnul Niţu, şi îi mulţumesc. Să-i dea Dumnezeu sănătate, dacă mai este printre noi, sau Dumnezeu să-l lumineze dacă a părăsit Pământul, pentru că nu mai ştiu nimic de dânsul de zeci de ani.

Aşa că, domnule Niţu, dacă mai eşti printre noi şi simţi câteodată o stare de bine care parcă vine de undeva, din exterior, să ştii că s-ar putea să desfac eu o conservă.

Vedeţi cum, un cadou simbolic, poate bucura pe cineva practic toată viaţa!

* * *

La polul opus generozităţii stau egoismul, lăcomia, înşelătoria care generează multă durere şi supărare celor nedreptăţiţi, şi când se va face dreptate, tot ceea ce aţi emis negativ şi toate necazurile pricinuite semenilor se vor întoarce împotriva dumneavoastră cu o forţă devastatoare.

Pentru că, cei ce încalcă legile divine universale, plătesc scump.

Singura necunoscută aici este momentul în care ei primesc nota de plată pentru răul creat, dar este irelevant dacă raportăm la scara evoluţiei spirituale veşnice. Faptul că scăpăm nepedepsiţi 10-20 de ani aici pe Pământ, nici nu se simte la nivel universal şi, cu cât plătim mai târziu, există riscul să acumulăm mai multe greşeli.

În multe tranzacţii, afaceri, vânzări de case, autoturisme, când este vorba de sume importante de bani, mulţi nu ştiu cum să te

păcălească ascunzându-ți diferite defecte. E o chestiune de timp până când celălalt realizează că a fost înșelat. Și, toată supărarea îndreptățită a celui înșelat, se transmite energetic celui care a păcălit, pricinuindu-i în timp diverse necazuri sau probleme de sănătate.

Așa că, într-o afacere câștigă cel care a obținut un preț corect, dar în același timp, și-a mulțumit și partenerul, iar amândoi se pot privi în ochi fără resentimente, atunci când se vor mai întâlni.

Sau altfel spus, „învinge" într-adevăr într-o afacere cel ce câștigă energetic (pot fi ambii parteneri deopotrivă).

* * *

Vrem de multe ori să obținem un anumit avantaj de la o cunoștință, de la șeful ierarhic, oricum de la o persoană pe care nu o prea avem la inimă din indiferent ce motive.

Ne adresăm cu zâmbetul pe buze foarte politicos, dar în interiorul nostru fierbem, iar această stare lăuntrică se transpune printr-o agresiune energetică îndreptată către interlocutorul nostru. Și constatăm cu surprindere că, răspunsul primit nu concordă cu modul mieros cu care ne-am adresat. Noi ne-am fi așteptat să ni se răspundă cu aceeași amabilitate și să ni se satisfacă doleanța.

Ce se întâmplă de fapt: energia negativă care pleacă din noi simultan cu vorbele alese, este corect percepută de câmpul energetic al celui căruia ne adresăm. Îl irită pe acesta și în mod inconștient el ne răspunde precum meritam.

* * *

Se consumă foarte multă energie pe planeta Pământ în mod inutil prin fel de fel de dispute pe teme religioase sau datorită unor păreri diferite în ceea ce privește spiritualitatea.

Din punctul meu de vedere nu contează (sau contează mult prea puțin) dacă credem sau nu în reîncarnare, de exemplu. Au însă o importanță imensă pentru noi și semenii noștri faptele de iubire morală pe care le facem aici pe Pământ și cunoștințele științifice din toate

domeniile pe care le acumulăm şi ne ajută să fim mai buni (de la Valeriu Popa citire).

Adică să facem cât mai mult bine în jurul nostru, pregătindu-ne temeinic ziua de mâine.

Altfel, ne pierdem în discuţii sterile risipind o energie preţioasă, şi nu „construim" nimic valoros pentru sufletul nostru.

* * *

Dacă nu există un singur mod de alimentaţie benefic general valabil, datorită cerinţelor specifice fiecărui organism în parte (mai ales în situaţii de boală), modul de gândire corect este acelaşi pentru toţi oamenii, respectiv gândirea pozitivă cu care ne putem integra în marele ocean de lumină al spiritului universal.

Trebuie să gândim benefic fără excepţie şi cei bogaţi şi cei săraci şi cei inteligenţi şi cei mai puţin dotaţi cerebral şi cei cu trei doctorate şi cei cu patru clase primare, dacă vrem să evoluăm spiritual.

* * *

Este absolut obligatoriu să gândim pozitiv, pentru că astăzi suntem ceea ce am gândit ieri, iar mâine vom deveni ceea ce gândim acum.

CEZAR DUMITRACHE

P.S. Dacă consideraţi că puteţi deveni mai buni însuşindu-vă din ideile comentate anterior, înseamnă că am câştigat împreună.

Rămâne să meditaţi, să judecaţi şi propria dumneavoastră intuiţie va decide.

REÎNCARNAREA

O mare Lumină din trecutul meu îndepărtat pe care am regăsit-o cu imensă bucurie în prezent a ocupat un loc important în viața mea. Acum este o Lumină care trăieşte dincolo de stele şi de la care primesc ajutor şi inspirație în tot ceea ce fac. A fost şi este un prieten şi un sfătuitor neprețuit de la care am învățat că spiritul ființei omeneşti nu moare, ci trece într-o altă existență.

Aşa cum şi-ar fi dorit şi Valeriu Popa, aş vrea în acest capitol să pot răspunde unei nevoi pe care o resimt profund şi pe care mi-au mărturisit-o foarte multe persoane: nevoia de deschidere şi de înțelegere a unei alte dimensiuni a ființei umane, mai vastă, de asemenea mai spirituală.

Din antichitate şi până în zilele noastre, scrierile sacre, precum şi toate marile curente spirituale, ne-au vorbit despre alte dimensiuni decât a vieții noastre de toate zilele.

În cursul ultimelor secole, omul occidental a progresat cu paşi de gigant în domeniile ştiințifice. Totuşi suntem în continuare incapabili să ne acomodăm cu unele emoții, cu unele impulsuri care fac parte din moştenirea noastră din neolitic. Omenirea înconjurată de o tehnologie care se învecinează cu SF-ul, trăieşte actualmente într-o angoasă existențială cronică. Cei mai mulți dintre noi nu mai ştiu cine sunt şi trăiesc într-o condiționare care le-a fost imprimată încă dinainte de a se fi născut. Azi, cei care trăiesc retraşi în ei înşişi, în dogmatismul lor călduț, sunt departe de a fi mai fericiți decât cei care-şi pun întrebări asupra naturii lor reale şi asupra constituirii lor fizice, mentale şi spirituale.

Alături de "cine suntem şi de unde venim", una dintre întrebările care au frământat mintea oamenilor a fost şi "încotro mergem" — esența acestei mari necunoscute fiind legată nu de efemera noastră existență, ci de ce se întâmplă cu noi după ce vom păşi pragul lumii de dincolo. Există o altă viață după moarte ?, ne întrebăm plini de teamă, dar şi cu speranța de cele mai multe ori nemărturisită, că Dumnezeu

nu ne-a creat numai pentru această umilă trecere prin corpul uman, material pe care îl primim fiecare la naştere.

Astăzi, însă, problema vieţii de după moarte poate, în sfârşit, să fie abordată diferit în societatea modernă care a încercat totdeauna să fugă de ea - numai prin prisma reîncarnării. Acest concept este încă învăluit de mister pentru că religiile occidentale n-au admis-o niciodată, cu toate că atmosfera din jurul acestui subiect s-a schimbat considerabil.

Conceptul că fiinţa omenească se compune din două părţi distincte, una materială — alcătuită din elemente organice care odată cu moartea se descompun în elementele componente, şi o parte spirituală, energetică, invizibilă — care constituie "eul" fiecărui individ ce supravieţuieşte fenomenului morţii şi păstrează intacte toate amintirile şi experienţele vieţii agonisite în perioada convieţuirii celor două forme, este destul de răspândită pe suprafaţa globului din cele mai îndepărtate timpuri. În general, religiile acceptă ideea existenţei celor două forme ce constituie fiinţa umană, dar abordează diferit ideea reîncarnării, adică întoarcerea formei spirituale a unui individ, în altă formă materială a unui nou născut, reluând un nou ciclu de existenţă.

Dezvoltând această temă atât de controversată a reîncarnării, sper să reuşesc să ofer o lucrare accesibilă publicului celui mai larg.

Fie ca această deschidere a conştiinţelor care survine în epoca noastră să fie împărtăşită de cât mai mulţi cu putinţă.

O să încercăm împreună să dăm un sens existenţei şi să o înţelegem. Înţelegerea sensului vieţii este la fel de importantă pentru dezvoltarea noastră psihologică şi spirituală cum este faptul de a ne hrăni pentru supravieţuirea biologică. Puţini dintre noi recunosc conştient dimensiunea spirituală a existenţei. O să încercăm să clarificăm fenomenul reîncarnării, larg discutat astăzi şi totuşi atât de puţin cunoscut.

Reîncarnarea este un fenomen guvernat de legi divine, iar aceste legi precise ne permit o mai bună înţelegere a drumului pe care îl parcurgem în vieţile noastre succesive.

Multe religii spun că orice viaţă într-un corp de carne şi oase

este rezultatul unei alegeri, numită încarnare. După moarte şi după o evaluare karmică, sufletul se confruntă cu alegerea de a coborî din nou pe Pământ pentru soluţionarea nereuşitelor din vieţile anterioare.

Karma, adică legea cauzei şi a efectului este mecanismul care împinge sufletul la încarnare. Ea are o importanţă primordială şi nimic n-ar căpăta sens fără a include şi explicarea ei.

Karma, adică soarta omului, nu este nici bună, nici rea; este o lege cât se poate de dreaptă. Din punct de vedere karmic, sufletul va alege o viaţă care să-i permită să echilibreze gravitatea faptelor sale din trecut. Ceea ce făptuieşte omul în lumea aceasta fizică sunt acţiuni care pot folosi sau dăuna persoanelor cu care venim în contact. Aceste fapte, de tot felul, lucrează asupra noastră şi asupra celor din jurul nostru, fericindu-i sau nenorocindu-i, împiedicâdu-le sau favorizându-le evoluţia.

Toate aceste fapte pe care le exercităm asupra fiinţei sau bunurilor unui semen al nostru se înscriu în spiritul nostru şi în arhiva Cerului, şi ele vor determina felul nostru de viaţă în viitoarea reîncarnare pentru că numai astfel are loc evoluţia noastră, din treaptă în treaptă, din viaţă în viaţă, până la eliberarea de karmă, pentru a ne uni cu Întregul, cu Sursa Divină. Deci, de orice natură ar fi fapta noastră, ea va trebui neapărat să-şi găsească satisfacţia, după care va urma plata sau răsplata ei.

Ordinea universală care se înscrie perfect în armonia cosmică presupune în mod necesar ideea unei vieţi anterioare vieţii actuale. Altfel nu este posibil de explicat inegalitatea şanselor, diversitatea tulburătoare a situaţiilor morale şi a destinelor individuale. Trebuie admis că faptele bune sau rele dintr-o viaţă anterioară, pe care trebuie să ni le asumăm, sunt cauza destinului actual al omului. Altfel, aceasta s-ar datora fie întâmplării, fie unui Dumnezeu nedrept... Reîncarnarea este singura care poate da omului o explicaţie reală despre el însuşi şi despre viaţa pe care o trăieşte.

De multe ori oamenii se întreabă: "De ce mi se întâmplă tocmai mie?" ,"De ce Dumnezeu este nedrept?", "De ce unii oameni se

îmbolnăvesc şi mor în fragedă copilărie dacă Dumnezeu a creat toate sufletele egale?", "De ce viaţa oamenilor este neegală, de ce unul e cerşetor şi altul bogat, de ce unul este handicapat şi altul este perfect sănătos?". Această ordine este în aparenţă nedreaptă. Puţini însă ştiu că nimic nu este întâmplător, totul este o necesitate care are la bază legea universală a karmei. Ordinea divină a lumii presupune, în mod necesar, ideea unei vieţi după această viaţă. Dacă n-ar fi aşa atunci cum va veni acea recompensă liniştitoare pe care atâţia oameni o aşteaptă în mod îndreptăţit? Cum se poate ajunge la dezvoltarea perfecţiunii totale a omului, dacă posibilitatea unei alte vieţi nu este acordată? Revenirea mereu la viaţa pământească, reîncarnarea noastră repetată are loc pentru ca sufletul nostru să se purifice şi deci, să evolueze, pentru că totul este evoluţie.

Reîncarnarea reprezintă actul spiritului de a lua în decursul secolelor, rând pe rând, în posesie corpuri noi, fiecare corp fiind adaptat potrivit stadiilor de dezvoltare a spiritului respectiv.

Noi suntem aici deoarece am fost şi altădată, deoarece aici ne-a sădit seminţele destinului, iar acum ne-am întors pentru a culege roadele lor. Cum nu există nicăieri ceva întâmplător, totul fiind subordonat Legilor Cosmice, înseamnă că nici noi, oamenii, o mică ierarhie din acest Cosmos, nu suntem aici din întâmplare. Existenţa noastră aici are un înţeles. Ar fi de-a dreptul lipsit de sens ca noi să ne fi născut doar pentru o scurtă viaţă terestră, ca apoi să dispărem pur şi simplu! Cum am obţine atunci răsplata pentru faptele noastre bune şi cum ne-am mai lua pedeapsa pentru faptele rele?

Trebuie să admitem că Legea Cosmică nu ne-a adus aici din întâmplare. Acum ne creăm condiţiile pentru ceea ce vom deveni în viitor, acum ne pregătim destinul pentru următoarea noastră viaţă — prin ceea ce facem.

Orice cauză produce un efect, care nu poate fi evitat. Vom primi răsplata pentru ceea ce ne-am făcut nouă înşine. Ne aflăm într-o evoluţie ciclică, ascendentă, constantă, avansând de la nivelele joase la cele mai înalte.

Şi acum, să încercăm să demonstrăm, cu argumentele de care dispunem, existenţa reîncarnării şi a vieţii trecute şi viitoare.

În strădania de a găsi elemente sau fenomene justificative pentru realitatea reîncarnării, oamenii au încercat să pătrundă acest mister cu ajutorul hipnozei. Prin această metodă, s-a reuşit ca anumite persoane în stare de hipnoză să comunice impresii din perioada altor vieţi. Aceste relatări sunt impresionante prin multitudinea de informaţii, forme de manifestare inexplicabile cum ar fi vorbirea în limbi arhaice sau total necunoscute celor prezenţi.

Iată cazul unei femei care avea de 10 ani insomnii şi o teamă inexplicabilă de moarte. Se trezea tresărind violent, speriată, în mijlocul nopţii, şi nu mai adormea decât spre dimineaţă cu preţul unor mari eforturi. Nici o problemă fizică nu justifica aceste temeri morbide. Printr-o regresie, căutând eventuala cauză din trecut a acestei probleme, s-a descoperit că a fost bărbat în Evul Mediu şi că a dus o viaţă lipsită de interes, apoi a murit. Mortul a fost pregătit, pus în sicriu şi apoi îngropat. După câteva ore mai târziu, s-a trezit!... Nefericitul a făcut tot ce a putut ca să se facă auzit, dar zadarnic. A murit sufocat. După ce tânăra femeie a făcut această descoperire şi a adus-o la suprafaţă, conştientizând efectele unei traume din trecut, s-a liniştit şi a început să doarmă normal, simţindu-se împăcată cu ea însăşi. Deci, retrăind emoţiile legate de aceste momente deosebite, subiectul dobândeşte o conştientizare care şterge definitiv efectele nedorite ale acestui trecut.

Iată un nou exemplu. O femeie tânără avea de mulţi ani o tuse care nu se mai oprea, rebelă la orice tratament. Cea mai mică contrarietate declanşa accese care se potoleau din ce în ce mai greu. Ajunsese să tuşească chiar şi noaptea în somn, fără să se trezească. Făcuse tot ce era posibil medical ca să pună capăt acestei tuse, dar ea nu ceda. Regresia efectuată ne-a condus în viaţa unei tinere femei din vremea celui de-al doilea război mondial. A fost luată de Gestapo, despărţită de copiii ei, închisă şi apoi gazată. Şi-a trăit în întregime, în stare de hipnoză, inhalarea gazului mortal care a durat aproape o oră. Traumatismul profund care a marcat-o în acea viaţă a urmărit-o în

viața actuală; însă retrăind această încărcătură emoțională, subconştientul său s-a debarasat de el, şi a revenit la sănătatea normală, tusea dispărând ca prin farmec. După câteva luni s-a dus să caute locul unde fusese deportată în viața trecută. Astfel, a recunoscut perfect un loc unde nu mai fusese niciodată în viața actuală, oferind totul până la cele mai mici detalii.

Alt caz interesant. Unei femei, operată cu o lună înainte de fibrom, îi sângera uterul, provocându-i dureri puternice. Medicina nu ştia ce să spună în fața acestor simptome care nu corespundeau unor cauze medicale obişnuite. Problema ținea de fapt, de înțelegerea propriei karme. Femeia a retrăit, prin hipnoză, o viață tot de femeie, la sfârşitul secolului trecut, care s-a terminat în mod tragic în urma unei naşteri deosebit de dificile şi dureroase. Şi de data aceasta, subconştientul păstrase amprenta acestui traumatism care se manifesta şi în prezent. După trei zile, durerile dispăruseră şi sângerarea se oprise. A mărturisit că a simțit o liniște sufletească extraordinară, o fericire şi o seninătate, ca o femeie care tocmai născuse. Coincidență? Poate. Dar, încă un subiect s-a împăcat cu el însuşi prin conştientizarea vechilor "amintiri".

Toate acestea nu pot fi catalogate drept "imaginație" pentru că efectele sunt incontestabile asupra stării morale şi fizice a subiecților. Ei sunt beneficiarii unui soi de evoluție morală şi spirituală care pledează în favoarea validității ipotezei vieților anterioare şi a reîncarnării.

Încercăm şi o altă abordare, din punct de vedere al morții clinice, fenomen urmărit de mulți oameni de ştiință şi cercetători.

Un foarte cunoscut program de televiziune, Discovery Channel, a prezentat un reportaj în care a fost abordată moartea clinică dintr-un unghi cu totul nou. S-au urmărit şi cercetat cazurile de moarte aparentă încercând să se elucideze misterul vieții de după moarte.

Au fost chestionați oameni din diferite sisteme culturale, de diferite credințe, indieni budişti, catolici, evrei, atei, tineri, adulți şi bătrâni. Se voia să se obțină cât mai multe informații din cele mai

variate surse pentru ca mărturiile muribunzilor să nu fie contaminate de credinţele proprii. Astfel, s-a ajuns la concluzia că moartea este o experienţă unică, care nu are legătură cu vreun sistem de credinţă.

Unele persoane declarate clinic decedate, când s-au reîntors la viaţă într-un mod inexplicabil pentru medici, au putut să-şi povestească ce li s-a întâmplat în timpul acestei călătorii la frontierele vieţii şi ale morţii.

Iată cazul unei femei care a trăit o asemenea aventură în cursul unei come diabetice. S-a văzut plutind deasupra ambulanţei care o ducea la spital. A văzut toată scena de reanimare şi a ascultat toate discuţiile medicilor. Putea percepe chiar şi gândurile lor. Când s-a trezit a încercat să povestească personalului ce i s-a întâmplat, dar nimeni nu o înţelegea. Când a priceput că nu e crezută, a tăcut. Însă existenţa ei s-a schimbat în mod profund, nu-i mai e frică de moarte şi s-a întors mai credincioasă şi însoţită de un sentiment de globalitate, de iubire totală, de plenitudine.

Iată acum relatarea excepţională a unui copil de 7 ani, muribund, bolnav de leucemie. O infirmieră îl întreabă cum vede el paradisul.

- " Ca şi cum ai trece printr-un zid într-o altă galaxie", răspunde el, "ca şi cum ai merge într-un nor. Spiritul e acolo, nu şi corpul".

- "Poţi să ne spui de ce oamenii sunt aşa de speriaţi la gândul de a muri ? ", a întrebat infirmiera.

- "Dacă nu vă ataşaţi de corpul vostru, dacă lăsaţi lucrurile să se facă, nu e cu adevărat dureros".

- "Crezi că această viaţă pe Pământ este singura pe care o trăim?" a insistat infirmiera.

- "Cei care cred asta greşesc. Ştiu că într-o zi mă voi întoarce", a asigurat-o copilul.

Copiii ating în pragul morţii o înţelepciune pe care mulţi adulţi le-ar invidia-o. Ei cunosc, în general, o creştere a spiritualităţii în totală disproporţie cu vârsta şi experienţa lor. Aceste călătorii îi fac conştienţi de adevăr şi îi ajută considerabil în momentul tranziţiei.

Încă un caz care confirmă călătoria spiritului în afara corpului.

Un bărbat dintr-o țară europeană suferă un accident și se află în moarte clinică timp de 21 de minute. La întoarcere, povestește medicilor că și-a văzut corpul în sala de operație, a ascultat un timp discuțiile lor, apoi, în câteva clipe s-a trezit la unchiul său în Canada, l-a văzut pe acesta spărgând lemne, iar undeva în aceeași zonă a urmărit construirea unui pod unde se montau piloni și se ajunsese la stâlpul nr. 5. Cineva a avut însă, curiozitatea să verifice telefonic cele afirmate de călătorul nostru în timp și spațiu. Toate au corespuns întocmai.

Tulburătoare sunt și fenomenele ce se petrec cu acei "copii minune" sau "genii", care fără a avea o pregătire necesară, pot să se manifeste ca persoane mature, în domeniul muzicii, al științelor exacte, lucru care rămâne pentru știință un mister greu de explicat. Numai prin reîncarnare se poate explica această capacitate a unor copii care nu sunt încă la școală și pot rezolva probleme foarte grele de matematică, sau copii foarte mici, fără lecții de muzică, care pot executa partituri muzicale de Chopin, Beethoven și alții.

Mozart a scris o simfonie la vârsta de 5 ani.

Reisin dădea concerte la vârsta de 4 ani.

Leonardo da Vinci a învățat singur pictura, iar Victor Hugo a fost laureat la vârsta de 13 ani și astfel de exemple sunt nenumărate.

Aceste capacități diferă de la individ la individ. Unii copii, din primii ani de viață au o predispoziție pentru muzică, alții pentru pictură, alții pentru știință, iar alții nu manifestă nici o atracție pentru nimic. Diferențele dintre modul de viață al oamenilor sunt enorme. În afară de acest lucru, sunt copii care se nasc morți sau care mor imediat după naștere la câteva zile, luni sau ani. De ce aceștia să aibă o existență atât de scurtă prin viață, față de alții care trăiesc 70-80 de ani. Răspunsul este unul singur și anume: reîncarnarea ne poate explica totul. Faptul că unii copii mor la naștere sau că se nasc handicapați și trăiesc în suferință și mizerie, faptul că oamenii nu sunt egali, totul este datorită karmei lor, destinului care li se programează înainte de naștere în lumea astrală. Ei trebuie să treacă prin suferință pentru a se putea purifica din punct de vedere spiritual. În afara reîncarnării este imposibil să

explicăm această diversitate frapantă între anomaliile aparente de injustiție și repartiția bucuriei și suferinței. Felul în care s-a desfășurat viața terestră, își are efect în următoarea reîncarnare, sau se poate întinde chiar pe parcursul mai multor vieți, atunci când sunt prea multe datorii acumulate, ce se leagă și de Karmele altor spirite.

Pentru a face și mai mult lumină, vom interpreta câteva pasaje din Biblie, dovedind că însuși Iisus cunoștea și accepta reîncarnarea.

În religia creștină se spune tot timpul că omul nu trăiește decât o viață, de aceea subiectul "reîncarnare" tulbură mintea omului și mai mult.

Citind Evangheliile nu veți găsi nicăieri cuvântul "reîncarnare". Nici nu e de mirare faptul că nu a fost menționat nicăieri în mod explicit, într-o epocă în care toți credeau în ea. Evangheliștii nu aveau cum să bănuiască faptul că urma o epocă în care oamenii nu vor mai crede în ea. Ei au înfățișat atât de puține lucruri în scrierile lor, încât ar fi fost fără rost să se insiste asupra unui fapt care făcea parte din tradiție.

Din Evanghelii o să studiem anumite întrebări și răspunsuri puse și date de Iisus și discipolii săi.

Iisus își întreabă discipolii, într-o zi: "Da' voi cine credeți că sunt?" Iată ce răspund discipolii: "Unii spun că tu ești Ioan Botezătorul, alții că tu ești Ilie, ceilalți că tu ești Ieremia sau unul dintre prooroci". Pentru a pune întrebarea de mai sus trebuie să crezi în reîncarnare. Iar prin răspunsul dat, cum se poate afirma că cineva este unul sau altul care este mort de mult, dacă nu se subînțelege ideea reîncarnării?

Altă dată, când Iisus și discipolii săi întâlnesc un orb din naștere, discipolii întreabă: "Învățătorule, cine a păcătuit: acesta sau părinții lui, de s-a născut orb ?" Cum se pot pune aceste întrebări dacă nu se crede în reîncarnare. Când ar fi putut păcătui acel orb, în pântecul mamei sale ? Deci, această întrebare subînțelege credința în existența unei vieți anterioare. În răspunsul dat de Iisus discipolilor mai este un punct important de explicat: "Nu e vorba că el sau părinții lui ar fi păcătuit...." Dacă discipolii au întrebat dacă fiul este orb din naștere pentru că părinții săi au păcătuit, este pentru că ei învățaseră din legea

ebraică faptul că fiecare infirmitate înseamnă o încălcare a legilor, dar că adesea o persoană poate plăti pentru alta şi deci, când vedem pe cineva în suferinţă nu putem şti dacă îşi ispăşeşte propriile greşeli sau dacă se sacrifică pentru altcineva.

Aceasta este o credinţă răspândită la evrei. Discipolii au pus întrebarea pentru că ştiau că un om nu se poate naşte orb fără motiv sau numai pentru că lui Dumnezeu îi place să-l facă orb, cum îşi închipuie unii. La această întrebare, Iisus le răspunse: "....nu pentru că el sau părinţii săi au păcătuit, ci pentru ca opera lui Dumnezeu să se manifeste în el, adică pentru ca, trecând pe aici să-l vindec şi poporul să creadă în mine". Aşa cum iniţiaţii explică textele biblice, ni s-a spus că oamenii primesc suferinţe pentru două motive: ori pentru că au păcătuit şi sunt pedepsiţi sau, fără să fi săvârşit ei înşişi greşeli, ei iau karma altora să se sacrifice pentru a evolua. Dar există şi a treia categorie care a terminat evoluţia, care este liberă şi deci nu are nici o obligaţie de a coborî pe Pământ. Aceştia coboară adesea acceptând să suporte orice boală, suferinţă sau infirmitate şi chiar de a fi martirizaţi pentru a-i ajuta pe oameni. Nici el nici părinţii lui nu au păcătuit, el a coborât pe Pământ cu această infirmitate pentru a-i da posibilitatea lui Iisus să-l vindece pentru ca lumea să creadă în EL. Astfel acest om a salvat o mulţime de suflete prin întoarcerea lor la credinţă.

Iată acum încă un argument. Într-o zi Iisus află că Ioan Botezătorul a fost întemniţat, iar textul spune: "După ce Iisus află că Ioan a fost predat, s-a retras în Galileea". După câtva timp, Ioan a fost decapitat din ordinul lui Irod. Discipolii l-au întrebat pe Iisus: "Pentru ce zic cărturarii că trebuie să vină mai întâi Ilie ?" Iar Iisus le-a răspuns: "Ilie întradevăr va veni şi va aşeza la loc toate. Eu însă vă spun vouă că Ilie a venit, dar ei nu l-au recunoscut şi au făcut cu el ce au voit". Atunci au înţeles ucenicii că Iisus le-a vorbit de Ioan Botezătorul. Deci, este limpede că Ioan Botezătorul era reîncarnarea lui Ilie. De altfel, evanghelia menţionează şi că atunci când un înger s-a arătat lui Zaharia, tatăl lui Ioan Botezătorul, pentru a-l anunţa că soţia lui, Elisabeta, va da naştere unui fiu, el i-a spus:" Va merge înaintea lui

Dumnezeu cu spiritul şi puterea lui Ilie".

Să căutăm acum în viaţa lui Ilie şi să vedem ce a făcut el pentru a fi decapitat când s-a reîncarnat mai târziu, în persoana lui Ioan Botezătorul. Povestea este foarte interesantă. Ilie trăia în timpul regelui Ahab — rege care se căsătorise cu Izabela, fiica regelui Sidonului şi din cauza ei, se închina lui Baal. Ilie s-a dus în faţa regelui Ahab pentru a-i reproşa infidelitatea faţă de Dumnezeul Israelului spunându-i: "Nu va cădea în aceşti ani nici rouă, nici ploaie, decât numai când voi zice eu". Apoi el pleacă, şi din ordinul lui Dumnezeu se ascunde în munţi pentru a scăpa de regele care îl căuta. După 3 ani, seceta făcuse mari ravagii în toată ţara, poporul suferea de foame şi Dumnezeu l-a trimis pe Ilie să se prezinte din nou în faţa lui Ahab. De îndată ce-l văzu, regele îi reproşă cu violenţă de a fi cauza acestei secete. "Nu, zise profetul, tu eşti cauza pentru că ai părăsit poruncile Domnului şi mergeţi după baali. Acum vom vedea cine este adevăratul Dumnezeu. Adună-i pe toţi proorocii lui Baal pe muntele Carmel...". Toţi proorocii fură adunaţi şi începură să facă invocaţii către Baal, practicând chiar magia pentru a face să cadă focul pe altar. Dar nimic nu se produse.

Acum era rândul lui Ilie să-l invoce pe Dumnezeu: "Doamne Dumnezeul lui Avraam, lui Isaac şi lui Israel, să cunoască astăzi poporul acesta că tu singur eşti Dumnezeu în Israel şi că eu sunt robul tău şi că am făcut toate aceste lucruri prin cuvântul tău". Şi s-a pogorât puternic focul din cer. Tot poporul fu înfricoşat şi recunoscu că adevăratul Dumnezeu era Dumnezeul lui Ilie. În acest moment, Ilie, mândru de biruinţa sa a dat ordin ca cei 400 de profeţi ai lui Baal să fie conduşi în preajma unui pârâu şi să fie decapitaţi.

Iată de ce era de aşteptat ca, la rândul lui, să i se taie capul. Una din legile enunţate de Iisus sună aşa: "....cei ce vor scoate sabia, prin sabie vor pieri". Iată cum Ilie şi-a primit pedeapsa când a revenit pe Pământ în persoana lui Ioan Botezătorul. Iisus ştia cine este el şi ce-l aştepta, nu a făcut nimic pentru a-l salva pentru că justiţia divină trebuia să-şi urmaze cursul.

Multe nu au sens în religie şi nici în existenţă fără reîncarnare.

Dacă veți întreba preoții: De ce unii sunt bogați, frumoși, puternici și alții sunt bolnavi, urâți, săraci? Ei vă vor răspunde că aceasta este voia Domnului. Uneori vă vor vorbi despre predestinare și grație, dar aceasta nu vă va lămuri cu nimic în plus. Însă Dumnezeu nu are capricii. El nu dă la unii totul și la alții nimic.

Trebuie să înțelegem, acceptând reîncarnarea, că dacă suntem săraci, proști, nefericiți este din vina noastră pentru că nu am știut să utilizăm tot ceea ce Dumnezeu ne-a dat la origine. Vom suferi numeroase reîncarnări pentru a ne îndrepta și vom ajunge din nou să primim dragostea și bogățiile lui Dumnezeu.

Biserica a aruncat toată responsabilitatea destinului nostru asupra lui Dumnezeu prin suprimarea credinței în reîncarnare.

Până în secolul IX, creștinii credeau în reîncarnare ca și evreii, egiptenii, hindușii, tibetanii, ș.a. Părinții Bisericii și-au spus că această credință tărăgănează lucrurile în sensul că oamenii nu sunt grăbiți să se amelioreze, ei voiau deci să-i împingă să se perfecționeze într-o singură viață, suprimând reîncarnarea.

De altfel, încetul cu încetul Biserica inventă lucruri atât de oribile pentru a-i înspăimânta pe oameni, încât în Evul Mediu nu se mai credea decât în Diavol, în infern și în suferința veșnică. Biserica a suprimat deci credința în reîncarnare crezând că astfel îi va putea obliga pe oameni să se amelioreze mai repede, dar unii, nu numai că nu s-au ameliorat, dar dimpotrivă, au devenit și mai răi, și pe deasupra și ignoranți.

Pentru a crede în reîncarnare, unii așteaptă ca Biserica să se pronunțe oficial. Dar când oare o va face? Sunt mulți membri ai clerului care cred în reîncarnare dar nu îndrăznesc să o spună. Dacă nu acceptați reîncarnarea, nu veți avea niciodată o înțelegere a situației voastre, a evenimentelor existenței voastre și nu veți ști cum trebuie să acționați în vederea unei vieți viitoare. Trebuie să cunoști adevărul pentru a ajunge undeva.

Credința în reîncarnare este unul din fundamentele morale. Atât timp cât oamenii n-au fost puși la curent cu această lege a cauzei

consecinţelor care continuă să acţioneze de la o existenţă la alta, putem să le ţinem toate predicile din lume, aceasta nu va servi la mare lucru. Mulţi oameni mai cred că vor arde în veci în iad din cauza păcatelor lor. Întâlnim şi oameni care, fără să creadă în reîncarnare sunt buni şi cinstiţi din firea lor, dar nu putem fi siguri că aceasta va dura; în anumite împrejurări, instincte ca: frica, pofta, dorinţa de răzbunare, etc. pot să învingă, iar aceşti oameni nu mai rămân nici buni, nici cinstiţi. Şi asta pentru că moralitatea lor nu este construită pe o bază solidă: cunoaşterea legilor divine.

Îndată ce se admite legea reîncarnării, oamenii încep să înţeleagă că fiecare eveniment din viaţă are raţiunea sa de a fi, fiindcă totul are o cauză mai mult sau mai puţin îndepărtată. Oamenii nu se vor mai revolta şi nu vor mai încerca să-şi rezolve problemele prin ură şi violenţă. Când vom şti că tot ceea ce avem de îndurat este rezultatul unor greşeli trecute, vom accepta şi nu vom mai acuza pe alţii de nenorocirile noastre. Vom evita să comitem acte regretabile pentru că ştim că vom avea de suferit şi ne vom strădui să ne construim un viitor luminos.

În momentul în care cunoaştem legea reîncarnării totul este clar, înţelegem mult mai bine. Avem căldură şi suntem fericiţi la gândul că vom reuşi mai devreme sau mai târziu să atingem perfecţiunea pe care o dorim.

Aşadar, reîncarnarea reprezintă actul prin care un spirit omenesc revine din lumea astrală într-un nou corp fizic potrivit stadiului său de dezvoltare. Fenomenul acesta are loc în tot Universul, în natura întreagă, nu numai în regnul uman. În orice formă de viaţă există un spirit care se află pe drumul evoluţiei, al perfecţiunii. El se serveşte de respectiva formă fizică pentru a câştiga cunoştiinţe despre lumea fizică.

Corpul uman fiind instrumentul cel mai pefecţionat de pe Pământ, permite spiritului manifestările cele mai înalte, pe care nu le găsim în regnurile inferioare. Cu cât spiritul este mai evoluat, cu atât perioada de la moartea fizică şi până la reîncarnare este mai lungă, între 200 şi 2000 de ani, însă există şi cazuri de reîncarnări imediate.

Dacă un spirit vrea să evolueze mai repede, atunci el se reîncarnează mai repede. Marele scop al reîncarnării este evoluția spiritului.

Reîncarnarea poate să se facă în corpuri de sexe diferite, într-o viață fiind bărbat, într-o alta fiind femeie. În general, după 6-7 reîncarnări, trecem în corpuri fizice de sex opus. Locul unde ne naştem e determinat de iubirea sau de ura ce am contractat-o într-o viață pământească anterioară. Părinții, familia, copii ne sunt aleşi de spiritele superioare sau ni-i alegem singuri dacă avem evoluția necesară. În timpul şederii în lumea astrală (perioada dintre reîncarnări), spiritul omului face studii de ordin spiritual, dar pentru ca evoluția să fie cât mai completă se cer studii şi în lumea materiei fizice.

Putem concluziona încă o dată că reîncarnarea nu este altceva decât trecerea unor ființe conştiente, nepieritoare într-un alt corp fizic, potrivit stadiului lor evolutiv, proces prin care spiritul, fiind conştient va lua mai departe cunoştință de fapte şi lucruri din lumea fizică, le va analiza şi va trage învățăminte.

Putem clasa ființele în trei categorii din punct de vedere al reîncarnării.

● Prima categorie cuprinde creaturile pe care lipsa de lumină, de ştiință, de conştiință, de moralitate le împinge deseori spre crime. Ei încalcă legile prin urmare se încarcă de datorii grele, iar când se reîncarnează vin pe Pământ în condiții care îi obligă să sufere pentru a plăti şi a repara; de aceea, viața lor nu este de loc fericită.

● A doua categorie cuprinde ființe mai evoluate care încearcă să dezvolte anumite calități şi virtuți pentru a putea să se amelioreze şi elibereze. Dar, în eforturile unei singure reîncarnări, nu vor reuşi de loc să se restabilească, de aceea, ele vor fi nevoite să revină pentru a termina această misiune. Ele vor fi plasate atunci în condiții mai bune care le vor permite să aibă activități mai utile şi mai elevate. Deci, cu toate acestea, vor trebui să revină pentru a lichida încă anumite datorii din trecut până la eliberarea lor totală.

● În a treia categorie se găsesc ființe şi mai evoluate, care au revenit pe Pământ pentru a săvârşi anumite opere. Ele aveau foarte

puţine lucruri de aranjat distingându-se în această viaţă prin virtuţi mari, o conştiinţă foarte largă şi consacrându-şi timpul facerii de bine. Când aceste fiinţe părăsesc Pământul, ele şi-au terminat misiunea şi nu mai revin. Totuşi, unele dintre ele, în loc să rămână în această stare de fericire, de libertate infinită de care se bucură în sânul Domnului, având milă şi compasiune pentru oameni, părăsesc această stare minunată pentru a veni cu bună ştiinţă ca să-i ajute, acceptând chiar să fie omorâţi, masacraţi. Iar altele, care vor să continue o muncă spirituală deja începută, pot fără a se reîncarna, să se introducă într-o fiinţă foarte evoluată pentru a se manifesta prin ea.

Mulţi oameni vor să se elibereze, dar ei înţeleg greşit problema: fac totul pentru a scăpa de obligaţile lor, pentru a fugi de datoriile lor, de a rupe toate legăturile şi iată ei se cred liberi. Ei bine nu, nu se poate obţine eliberarea în felul acesta. Adevărata eliberare începe prin plata tuturor datoriilor. Până ce nu se plătesc toate datoriile nu se şterge toată karma.

Cel mai bun drum, cea mai bună metodă pentru a te elibera este dragostea şi cea mai proastă: egoismul, avariţia, şmecheria. Prin generozitate, sacrificiu, bunătate prin toate gesturile făcute pentru a dărui, lucrăm întotdeauna pentru eliberare.

Numai dragostea, generozitatea, bunătatea, mila, iertarea pun pe credincioşi pe calea eliberării. Deci, daţi chiar mai mult decât dreptatea o cere, căci astfel vă eliberaţi mai repede.

Divergenţele între oameni au le bază tot reîncarnarea. Unii dintre noi înţelegem mai bine sau mai repede unele idei, pentru că am mai avut aceste informaţii şi din alte vieţi anterioare. De aceea, nu trebuie să ne batem capul cu cei care ne contrazic din principiu, căci ei au un spirit mai puţin evoluat şi nu-i putem convinge. În sprijinul teoriei reîncarnării vine şi constatarea că geniile, în general, nu au dat naştere la copii cu aceeaşi inteligenţă, chiar, mai mult, unii copii, ca urmaşi ai lor, sunt reduşi mintal. Unde este în acest caz informaţia eredităţii genetice? Hermafroditismul, când întâlnim caractere masculine la unele femei sau caractere feminine la unii bărbaţi (homosexuali pasivi, voce

feminină, etc.) se explică foarte bine prin actul reîncarnării. Bărbaţii cu aspect feminin au fost într-o viaţă anterioară femei, iar femeile cu caracter masculin au fost într-o viaţă anterioară bărbaţi. Tot aşa se explică de ce unele persoane au frică de unele elemente ale naturii. Sunt persoane care au o frică de nestăpânit de a pleca cu barca, frică de foc, tunete şi fulgere, frică de înălţime, de a zbura cu avionul, frică de a rămâne singure într-o pădure etc. Fiecare dintre aceste persoane au acest sentiment pentru că au trecut într-o altă încarnare, printr-unul dintre aceste evenimente tragice, au murit într-un naufragiu, într-un foc sau în bezna nopţii, etc.

O altă dovadă a reîncarnării noastre este legată de memoria unor oameni care îşi reamintesc foarte bine: fapte, împrejurări, localităţi, persoane din alte vieţi... Această reamintire poate fi naturală sau provocată prin hipnoză. Ei ne povestesc cu lux de amănunte locul unde au trăit, cum au murit, cu cine au fost căsătoriţi, câţi copii au avut, cum îi chema, unde sunt dacă mai trăiesc. Prin observaţii ulterioare relatările s-au dovedit a fi exacte. Majoritatea oamenilor însă nu-şi amintesc că ar fi trăit o viaţă anterioară, această neştiinţă este o lege pe care Dumnezeu a pus-o în viaţa omului. De exemplu, nu e bine ca omul să trăiască cu trauma de a şti că în viaţa trecută şi-a omorât copilul din viaţa actuală, el este acum aici pentru a echilibra prin iubire ceea ce a dezechilibrat atunci.

Când urâţi pe cineva, este exact acelaşi lucru ca şi atunci când îl iubiţi: aţi stabilit deja o legătură cu el. Ura este tot atât de puternică ca şi dragostea. Dacă vreţi să fiţi eliberaţi de cineva, să nu-l mai vedeţi niciodată, nu-l detestaţi, nici nu-l iubiţi, fiţi indiferent. Dacă îl detestaţi, vă legaţi de el prin lanţuri de care nimeni nu vă poate desface, veţi fi tot timpul cu el şi veţi continua de a avea de a face cu el timp de secole. Oamenii îşi imaginează că ura rupe toate legăturile. Din contră, ura este o forţă care vă leagă de persoana pe care o urâţi. Ca şi dragostea. Dar această legătură evident este diferită, dragostea vă va aduce anumite evenimente şi ura altele, dar tot atât de sigure şi tot atât de puternice.

Dragostea conduce la lumină iar ura la întuneric.

Multiple reîncarnări au fost puse în evidență la numeroși subiecți puși în stare de hipnoză prin experiențe de regresie în timp. În această întoarcere în timp, subiectul se vede pe sine privindu-se din exterior, tot ceea ce-și amintește fiind descris la modul prezent ca și când evenimentele s-ar petrece la momentul actual. Vocea cu care sunt evocate aceste trăiri este cea care corespunde vârstei descrise în momentul trăirii, dacă este copil are vocea de copil și invers. Memoria tuturor vieților nu se amestecă, ea se păstrează și furnizează date pe perioade din fiecare viață.

Toate acestea trebuie cunoscute pentru că ignoranța umană nu are margini.

Acolo sus există ființe inteligente care calculează câți oameni trebuie să coboare pe Pământ și numărul de ani care trebuie să rămână acolo.

Toate necesitățile oamenilor sunt prevăzute, totul este pregătit pentru existența lor și ei își imaginează că lucrurile se petrec așa, din întâmplare. Nici Iisus nu a venit așa la întâmplare, cineva de sus s-a preocupat de a găsi momentul astrologic și epoca favorabilă pentru această coborâre pe Pământ.

Există un fel de "moștenire cosmică" care deține toate informațiile asupra trecutului unei anumite ființe, și astfel se hotărăște ca aceasta să se nască într-o anumită țară, într-un anumit an .....etc. și atunci alte spirite sunt însărcinate de a supraveghea executarea acestor decrete. Totul se produce exact la data fixată: dacă trebuie să survină un accident, ei supraveghează, așteaptă momentul și la ora respectivă ei provoacă accidentul. Omenii își imaginează că este din întâmplare, dar nu, el era determinat matematic. Dacă un anumit copil trebuie să se nască într-o anumită epocă, se determină cu precizie, de entitățile din spațiu, poziția planetelor, semnul său pe zodiac, ascendentul și copilul ajunge exact în acel moment; chiar și conceperea sa era prevăzută dinainte și fixată. Toată tema sa astrală corespunde exact cu ceea ce a făcut în alte încarnări, dacă va trebui să fie fericit sau să sufere, să aibă accidente ... totul se decide automat. Și totuși, libertatea

se găseşte în spirit, ea este aici de fiecare dată ce spiritul se manifestă şi decide să amelioreze, să schimbe, să accelereze anumite procese, dar în ansamblu, viţa sa este deja declanşată şi prestabilită. Şi întâlnirile "din întâmplare"sunt calculate dinainte. Când întâlniţi un om care vă bulversează viaţa, acest lucru este deja prevăzut de mult.

Iată de ce trebuie să lucraţi pe armonie, să ajungeţi să introduceţi în voi armonia tuturor, a planetei, a universului, căci dacă nu, va fi întotdeauna cineva sau ceva care vă va tulbura. Trebuie să încercăm să ne armonizăm cu entităţile care sunt deasupra noastră, iar apoi să lucrăm şi pentru a rezolva problemele cu oamenii. Pentru aceasta s-a spus: "Înainte ca soarele să se culce, împacă-te cu fratele tău"; înainte ca soarele să se culce înseamnă înainte de sfârşitul acestei încarnări, pentru că după aceea va fi foarte greu de a repara. Deci, în această viaţă trebuie să găsiţi persoanele pe care le-aţi lezat, să vă puneţi de acord cu ele, să le daţi satisfacţie şi să trăiţi în pace. Fiecare gând, sentiment sau act negativ este totdeauna dăunător; chiar dacă nu vedem nimic, ele se deplasează, găsesc destinatarul şi-i dăunează. Însă, într-o zi va trebui să plătiţi pentru răul făcut.

Mai insistăm o dată asupra acestei idei că destinul nostru e determinat dinainte. Înainte de a coborî pe Pământ avem posibilitatea de a ameliora unele lucruri cu consimţământul ierarhiilor cereşti. Dar odată născut, nu mai avem aceste posibilităţi, totul trebuie să se petreacă după un plan stabilit dinainte. Sistemul osos, muscular, circulator, nervos, sănătatea, inteligenţa, totul este determinat.

Pentru această reîncarnare nu puteţi să schimbaţi prea mult destinul vostru dar, pentru următoarea aveţi toate posibilităţile prin munca voastră, gândurile voastre, rugăciunile voastre. Destinul vi-l faceţi singuri cu decenii şi veacuri înainte în funcţie de ce aţi gândit şi făptuit anterior. "Astăzi" sunteţi ceea ce aţi fost "ieri", adică în încarnările trecute, şi ceea ce faceţi în viaţa asta, veţi fi "mâine", adică în viaţa viitoare. În această încarnare sunteţi limitaţi, dar în următoarea puteţi avea totul în funcţie de ameliorarea dumneavoastră. Trebuie să ştiţi asupra cărui lucru să lucraţi astăzi pentru a vă ameliora şi pentru

a poseda în viața viitoare o posibilitate sau o virtute. Dacă continuați să ignorați acest lucru, viitoarea reîncarnare va fi într-un fel ratată.

Profitați, utilizați toți anii care vă rămân de trăit, meditați, doriți, cereți cele mai bune lucruri în sensul spiritual, cele mai bune virtuți pentru dumneavoastră, pentru că astfel lansați deja proiecte care, în viitor se vor materializa. Cristalizarea actuală rezistă şi refuză a fi schimbată, dar când omul pleacă sus dezbrăcând încă o haină, ceea ce a creeat în bine, prin gândul său, se imprimă în planul fizic şi el revine cu frumusețe, inteligență, sănătate, bunătate, pentru că gândurile şi dorințele pe care le-a transmis în sensul acesta s-au materializat într-o nouă structură. Iar această structură, la rândul său, este tenace şi rezistentă, ea se opune forțelor negative şi distrugătoare. Munca pe care noi o facem acum nu este de fapt pentru această reîncarnare. Când forma actuală va dispare, o vom vedea pe cea nouă, cea asupra căreia am lucrat şi vom fi stupefiați de splendoarea ei.

Când omul, cu conştiința şi inteligența sa începe să se ocupe de această viață instinctuală, să o controleze, să o purifice, să-i adauge un element spiritual, el devine un factor formidabil capabil de a-şi schimba destinul.

Pentru a scăpa de constrângerile destinului, trebuie să încetăm să mai fim sclavi, slabi, aserviți acestei vieți inferioare unde nimic nu depinde de noi: a respira, a procreea, a mânca, a bea, a dormi. Este o viață care este departe de a fi divină. Ea este divină în măsura în care ea vine de la Dumnezeu, pentru că totul vine de la Dumnezeu, dar în sensul spiritual. Viața divină începe când omul îşi dă seama că nu este numai un stomac, o brută, un sex, o făptură făcută din carne, oase, mușchi, ci şi un spirit şi care începe să vrea să acționeze în domeniul său pentru a creea opere sublime, luminoase, grandioase.

Viața spirituală dă posibilitatea de a adăuga ceva la această viață vegetativă, instinctivă a corpului fizic şi de a intra astfel într-un plan superior planului destinului. Trebuie să vă eliberați atât de perfect voința încât aceasta să poată să se mişte, să lucreze în lumea spiritului. Prin urmare, spiritul trebuie să înceapă să iasă, să se manifeste, să lucreze,

să-şi lase semnătura, urma, sigiliul pe toate lucrurile, să intervină în toate actele noastre, să le dirijeze. Trebuie să învăţăm să gândim şi să acţionăm cu inima şi cu sufletul. Aici se află adevărata lumină din ştiinţa iniţiatică.

În această reîncarnare avem posibilităţi de a ne creea condiţii bune pentru următoarea: ajunge să fim conştienţi şi să o ştim. Dar, dacă nu lucrăm acum, viitoarea reîncarnare poate fi şi mai rea.

Deci, când Biserica împiedica pe oameni să creadă în reîncarnare, ea îi împiedica de fapt să-şi amelioreze viitorul. Creştinii nu cunosc adevăratele lor posibilităţi. Li s-a spus că după moarte, ei vor merge să se aşeze în dreapta Tatălui pentru că au fost la slujbă în fiecare duminică sau că vor rămâne pentru eternitate în infern să fiarbă într-un cazan. Ca şi cum ar fi atât de uşor să mergi să te aşezi la dreapta Tatălui!

Rezumăm încă o dată: toate creaturile, şi sunt foarte numeroase pe Pământ, care se lasă împinse de instinctul lor, de nevoile lor fiziologice şi nu fac o muncă spirituală, nu-şi pot schimba destinul; tot ceea ce este decretat pentru ele se va realiza. În schimb, cele care lucrează cu ardoare pentru a se apropia de această lume de lumină şi dragoste, vor putea să scape. Destinul este crud şi implacabil, dar aceste fiinţe vor înceta să fie la cheremul lui în întregime: ele vor trăi de acum într-o lume mai subtilă unde vor primi elementele care vor neutraliza influenţele nocive. Dacă vreţi, e vorba şi aici de un destin. Providenţa este un destin, dar de o altă manieră: şi în ea totul este determinat, dar determinat Divin!

Faceţi voia lui Dumnezeu şi întreprindeţi realizări divine.

Aveţi mari posibilităţi să dobândiţi calităţile pentru a promova şcoala vieţii, să vă făuriţi un viitor cu adevărat sublim.

Sperând că acest capitol v-a adus o rază de lumină, tragem o ultimă concluzie: spiritul uman este infinit mai complex, mai misterios şi mai fascinant decât ne-am putea imagina noi vreodată.

Treziţi-vă conştiinţa şi aveţi curajul să începeţi propria voastră transformare personală şi spirituală.

Să dea Domnul ca Lumina să se reverse în sufletele dumneavoastră şi ca razele ei binefăcătoare să vă conducă pe cale binelui şi a iubirii.

Sanda Ştefan

"O transformare generală va avea loc în viaţă atunci când ideile de reîncarnare şi Karmă nu vor mai fi teorii păstrate pentru câţiva oameni. Numai atunci vom remarca eficienţa lor în viaţă, când le vom introduce în vieţile noastre, la modul direct şi concret".

Rudolf Steiner

MOARTEA ŞI VIAŢA DE DINCOLO

Moartea este de fapt o trecere, o transformare care face parte, implacabil, din destinul nostru. Ideea de moarte este singura pe care oamenii nu o privesc direct în faţă şi totuşi, a preocupat mintea omenească, de când omul a apărut pe pământ. A învăţa să privim moartea dincolo de ceea ce fac din ea, în general, medicii şi preoţii înseamnă să înţelegem în profunzime legile Divine care acţionează în acest Univers, indiferent dacă suntem de acord cu ele sau nu.

Nimeni nu scapă morţii. Toţi suntem supuşi durerii, de a vedea pe cineva iubit din jurul nostru, plecând în lumea invizibilă ochilor noştri. Acest eveniment aşezat cu desăvârşită înţelepciune de Dumnezeu a produs omului numai griji, frică şi superstiţii încât toată existenţa sa a stat sub teroarea zilei fatale că mâine sau într-o zi va muri şi va dispare pentru totdeauna.

Omenirea nu este lămurită cu ceea ce se petrece dincolo de mormânt. Este bine ca omul să aibă cunoştiinţe despre actul morţii, căci altfel, agonia va fi prelungită şi în plus, spiritul lui ajuns în spaţiu, multă vreme nu este lămurit, unde este, ce s-a întâmplat cu el, se zbate în neştiinţă, şi abia târziu îşi dă seama că se află într-o lume formată din altfel de material şi în alte condiţii decât în viaţa pământească.

Doar necunoaşterea ne face să credem că ceva se opreşte după momentul morţii, căci noi o percepem ca pe o limită pe care nu o putem depăşi.

Omul este o forţă complexă. Deşi puţini dintre noi cunosc sau vor să recunoască acest fapt, fiinţa umană nu se reduce numai la limita percepţiilor sale la un nivel obişnuit. În fiinţa umană se îmbină trei componente corpul fizic sau învelişul material pe care-l abandonăm morţii ca pe o haină uzată, corpurile subtile, invizibile simţurilor obişnuite, care însoţesc sufletul, evoluează şi se purifică odată cu acesta şi sinele suprem (spiritul) sau centrul de forţă al fiinţei noastre, focarul conştiinţei.

Spiritul plus sufletul reprezintă de fapt, un om dezîncarnat. Rând

pe rând fiecare dintre noi, prin moarte, ajungem la viața eternă, apoi o nouă naştere ne readuce pe Pământ, pentru a începe lupta cu existența.

Călătoria sufletului în planurile subtile are şi ea loc urmând nişte principii şi legi. Cu cât corpurile subtile sunt mai rafinate, mai elevate, cu atât mai largi sunt orizonturile care se deschid în fața sufletului dezîncarnat. În funcție de afinitățile sale, el se duce în mijlocul celor care îl atrag. El îşi găseşte răsplata sau pedeapsa în propria sa conştiință. Lumina îl pătrunde lăsând să se vadă gândurile, acțiunile, intențiile etc. pe care le-a avut în timpul vieții abia încheiate. Totul, de la naştere şi până la moarte iese la iveală. Ființa revede şi retrăieşte toate etapele prin care a trecut.

Senzațiile care preced moartea şi care urmează ei sunt infinit de variate şi depind de gradul de evoluție spirituală a celui care îşi părăseşte corpul. Separarea se face aproape întotdeauna lent, în momentul despărțirii sufletului de corp. Ea începe uneori cu mult timp înaintea morții şi nu se termină decât în momentul în care se rup ultimele legături fluidice care unesc corpul fizic şi corpurile subtile. Cu cât ataşamentul de planul fizic este mai mare, sufletul trăieşte mai dureros aceste momente. Sufletul "simte" destrămarea corpului material. Această trecere se dovedeşte uşoară pentru cel care, pe parcursul vieții, a aspirat către scopuri spirituale, însă pentru cel ataşat de aparențe, care nu este pregătit de plecare, această trecere este o agonie prelungită.

După separarea sufletului de corp urmează o perioadă de confuzie, foarte scurtă pentru ființele elevate, care se trezesc curând în toată splendoarea vieții spirituale, dar foarte lungă pentru cei egoişti şi strâns legați de valorile materiale. Din această a doua categorie, mulți sunt convinşi că încă mai trăiesc în corpul fizic timp îndelungat după ce, de fapt, ei au murit. Incertitudinea apasă asupra sufletelor mai puțin evoluate, "care ar vrea să-şi întârzie ora plecării din corp", iar apoi, îşi contemplă dezintegrarea completă a corpurilor care au servit drept haină.

Pentru cel evoluat, moartea este paşnică şi chiar veselă. Desprinderea de materie se face cu uşurință. Îşi percepe ascensiunea

în lumea de dincolo ca pe o etapă evolutivă superioară, simțind că ea îi oferă mult mai multă fericire decât viața pământească. Sufletul se găsește acum suspendat între existența materială care se estompează și noua viață care se conturează în fața lui.

Brusc, o lumină spirituală îl inundă, îl ajută să se elibereze de fricile și incertitudinile lui. Apoi privirea i se desprinde de Pământ și de ființele care plâng lângă patul lui. El întrezărește planurile subtile și vede alte ființe, prieteni de altă dată, mai plini de viață și mai frumoși decât ar fi crezut, știindu-i morți până acum.Împreună cu ei, se avântă și urcă până la nivelurile pe care îi este permis să le atingă, corespunzătoare evoluției sale. Puteri noi se trezesc în el; destinul său fericit începe. Sufletul timid îndrăznește să folosească libertatea pe care acum o intuiește. Timpul se scurge fără ca el să-l poată măsura. Într-un sfârșit, alte entități evoluate îl ajută să se elibereze de ultimele atașamente lumești și să urce mai departe, spre Împărăția Cerurilor.

Desprinderea sufletului e mai puțin dificilă în urma unei boli îndelungate, când legăturile carnale se desfac treptat, puțin câte puțin. În schimb, cei care se sinucid, cad pradă unor stări oribile. Ei retrăiesc ani întregi angoasa ultimelor momente ale vieții, căci, prin sinucidere, nu au făcut decât să-și schimbe suferințele terestre cu altele, la nivel energetic, mult mai vii. Ușor, ușor, sufletul devine conștient de viețile anterioare, de ceea ce a făcut în fiecare viață, apoi urmează judecata propriei conștiințe, și în final, judecata lui Dumnezeu. Oricât de dureros ar fi acest examen, el este necesar, întrucât, constituie punctul de plecare al unei noi orientări benefice.

În planurile subtile, totul se conduce după principiul rezonanței, principiu care are la bază corespondența dintre cauză și efect. El stabilește ceea ce merită fiecare. Legea se aplică de la sine. Pentru îndreptarea trecutului acuzator, ființa renaște iar, și iar, până ajunge să înțeleagă care e propria lui natură, și anume: să regăsească ceea ce este autentic, esențial și divin în structura sufletului său. Această regăsire este, de fapt, chiar scopul principal al tuturor căilor spirituale autentice: regăsirea de SINE și, prin aceasta, comuniunea cu Dumnezeu.

Ca o concluzie, deci, după moarte, omul trebuie să suporte în planul astral tot răul pe care l-a făcut altora, să sufere pentru toate greşelile făptuite. Aceasta nu înseamnă că Inteligenţa Cosmică vrea să se răzbune sau să-l pedepsească; ea doreşte ca el să devină perfect conştient de tot ceea ce a făcut pe Pământ, pentru că, adesea, el a făcut să sufere anumite fiinţe fără măcar să-şi dea seama şi această ignoranţă este inacceptabilă, ea împiedicându-l să evolueze. Apoi, urmează reîncarnarea, corectarea şi avansarea pe drumul evoluţiei.

Totul în viaţă se înregistrează, trebuie să plătim în planul astral pentru fiecare greşeală pe care am comis-o aici pe Pământ. Nu se poate scăpa nici chiar de regretele şi suferinţele celor vii care au rămas pe Pământ, ele sunt un chin pentru cei morţi.

Aşadar lăsaţi morţii să plece liniştiţi acolo unde trebuie să se ducă. Nu vă agăţaţi de ei, nu îi reţineţi prin suferinţele şi regretele voastre, îi deranjaţi şi îi împiedicaţi să se elibereze.

Rugaţi-vă pentru ei, trimiteţi-le dragostea voastră, gândurile voastre bune şi doriţi ca ei să se elibereze şi să se ridice din ce în ce mai mult în lumină. Dacă îi iubiţi cu adevărat, să ştiţi că într-o zi veţi fi cu ei. Acesta este adevărul. Acolo unde este dragostea voastră, acolo veţi fi şi voi într-o zi.

Sanda Ştefan

SĂNĂTATEA VĂZUTĂ PRIN PRISMA KARMEI

Sănătatea este legată de acțiunile corecte iar boala de încălcarea legilor naturii şi admiterea greşelilor. Însă, totul derivă dintr-un plan cosmic care plasează Omul în centrul lucrurilor având o origine spirituală şi un destin spiritual.

În domeniul terapeutic nu se poate aduce o veritabilă schimbare dacă nu se ține cont de continuitatea sufletului persoanei prin încarnările succesive prin care a trecut.

Boala şi sănătatea îşi au originea în viețile anterioare, de exemplu: tendința unui anumit tip de emoție născut în glandele care sunt impregnate de memoria vieților anterioare.

Anumite tendințe ne pot duce la un dezechilibru, altele, din contră la un mai mare echilibru. Acest lucru se traduce în primul caz prin boală, şi în al doilea, printr-o sănătate mai bună.

Înțelegând aceste tendințe şi făcând corelarea lor karmică cu corpul fizic, ne vom putea ameliora sănătatea şi eleva nivelul de conştiință.

Putem spune că suntem ființe spirituale, beneficiind de un suflet încarnat în corpuri succesive, aici pe Terra. Facem parte dintr-o curgere continuă de viață, căutându-ne direcția care ne va conduce la scop. Acest scop, ştim instinctiv, că este destinul nostru spiritual.

Omul este corp fizic, spirit şi suflet - şi aceste trei elemente sunt coordonate într-un tot. Această idee se impune a fi recunoscută şi să se țină cont de ea de fiecare dată când un pacient vine în contact cu un medic, vindecător, terapeut sau oricine-l îngrijeşte. Dacă vrem să aflăm cauza bolii şi să găsim cea mai bună terapie, trebuie să admitem această viziune istorică a ființei umane.

La ora actuală, pentru vindecarea fizică se utilizează moduri fizice, însă nu este suficient, ar trebui să fim capabili să folosim moduri mentale şi un ajutor spiritual pentru a învinge boala.

Dacă observăm experiența umană de-a lungul numeroaselor încarnări, aflăm că multe boli sunt construite de legea karmică a cauzei

şi a efectului. Majoritatea bolilor cu evoluţie lentă sunt karmice: bolile grave şi degenerative Parkinson, reumatismele şi artritele, sclerozele, paraliziile musculare, cancerele, etc...

În unele cazuri, după o suferinţă îndelungată karma încetează şi oamenii se vindecă, uneori printr-un miracol. În alte cazuri, când datoria nu poate fi plătită în această viaţă, are loc moartea fizică a persoanei, şi astfel intervine înţelegerea spirituală şi iertarea îi e acceptată, iar aceeaşi boală poate să apară sau nu şi în viaţa următoare în funcţie de înţelegerea cauzei care a produs boala.

Medicii care se ocupă doar de vindecarea corpului fizic, ar trebui să se angajeze şi în marea aventură de ridicare a conştiinţei spirituale a individului. Doar atunci, vom avea privilegiul să asistăm la intervenţia Graţiei Divine în vindecarea bolilor.

Ar trebui să cercetăm mai mult pentru a cunoaşte acest mister numit corpul uman. Medicina modernă pune accentul pe patologie, studiază boala, însă boala este diferită din punct de vedere al misterului complex al fiinţei umane.

De exemplu, o foarte mare importanţă în mecanismele corpului uman o are electricitatea, celulele nervoase caută să stabilească circuite noi. Sistemul nervos simpatic este branşat la inconştient şi cel parasimpatic e legat la mentalul conştient. Nici un mecanism al corpului uman n-ar funcţiona fără impulsuri electrice: mai întâi gândul, apoi percepţia lumii care ne înconjoară, digestia, toate acţiunile corpului care creează activităţi constructive sau distructive în viaţa noastră. Totul este coordonat din interior de corpul nostru prin aceste impulsuri electrice; dacă nu, apar dezordinea şi confuzia.

Aceasta este cheia problemelor de boală şi sănătate. Nu putem avea o sănătate bună dacă organele sau alte sisteme nu lucrează într-o bună coordonare. Această coordonare permite asimilarea hranei şi eliminarea adecvată a deşeurilor.

Atunci când sistemul nervos este defazat în raport cu unul dintre organe, nu se asigură coordonarea corespunzătoare şi apare boala, sănătatea deteriorându-se.

Această coordonare înseamnă echilibru. În corpul uman echilbrul este starea în care viaţa îşi poate urma cursul fără să întâlnească dificultăţi.

Echilibrul acido-bazic în corp este de o mare importanţă. Ţesuturile, fluidele, secreţiile organismului nostru au nevoie de un pH foarte precis pentru a funcţiona normal. Sângele de exemplu trebuie să-şi menţină pH-ul între nişte limite foarte restrânse, altfel înseamnă boală gravă. Secreţiile vaginale, limfa, sucurile gastrice, menţionând doar câteva dintre ele, trebuie să-şi menţină niveluri precise de aciditate şi alcalinitate pentru a funcţiona corespunzător şi a rezista bolilor. Într-un corp sănătos, limfa are întotdeauna un pH alcalin.

Vindecarea este o aventură interioară. Toate forţele noastre de vindecare se găsesc în interior şi nu la exterior. Ceea ce vine din exterior nu face decât să ajute interiorul să creeze o forţă mentală şi spirituală.

Omul este cea mai grandioasă creaţie care există în Univers. A fost creat ca fiinţă spirituală cu calităţi, potenţialităţi divine, manifestându-se sub o aparenţă fizică în sfera noastră tridimensională. Această fiinţă spirituală dotată cu conştiinţă, părăsind corpul fizic prin ceea ce numim noi moarte, îşi păstrează identitatea dincolo revenind în planul său de origine. Este capabilă să revină iar şi iar în planul terestru în scopul de a-şi învăţa lecţiile şi a-şi dezvolta cunoaşterea.

Nu contează cât de mare este durata vieţii pe Pământ, ci modul cum sufletul îşi atinge maximul de obiective pe care le are de împlinit cât trăieşte.

Revenim la glandele endocrine a căror funcţionare corectă conduce la un sistem imunitar viguros.

Starea de sănătate e influenţată de evoluţiile constructive, gândurile pozitive şi de alegerea unui ideal bazat pe iubire.

Ar trebui să se cerceteze şi să se înţeleagă funcţionarea celor şapte glande endocrine ale corpului. De exemplu, timusul despre care se spune că este un centru al inimii sau lăcaşul sufletului controlează sistemele de apărare în corp. Acest lucru este deja descoperit de cercetători în ultimii ani. Hormonul produs de timus, pare să aibă o acţiune importantă asupra mecanismelor de îmbătrânire în colaborare cu sistemul de apărare al organismului.

Un remediu foarte simplu atunci când timusul este afectat constă în punerea de cataplasme cu ulei de ricin pe zona lui pentru restabilirea acestei glande - care este un puternic agent de întinerire pentru întregul corp.

Absența tensiunilor din corp și viața trăită într-o manieră blândă, practicarea rugăciunii și a meditației ne mențin funcționarea corectă a timusului influențându-ne puternic longevitatea.

Omul trebuie văzut ca un tot, o unitate completă compusă din corp fizic, spirit și suflet. Prescripțiile pentru vindecarea unui corp fizic bolnav oricare ar fi ele: o pilulă, cataplasmă, transfer de energie cu ajutorul palmelor sau chiar o operație, trebuie considerate ca o aventură în viața omului care-i va favoriza o trezire a conștiinței, ceea ce-i va aduce o stare globală de sănătate mai bună.

Sănătatea este un proces dinamic, nu unul static. Ea implică coordonarea diferitelor organe ale corpului. Trebuie ca asimilarea să se facă bine, ca toxinele să se elimine în totalitate, ca sistemul circulator să funcționeze corect. Sănătatea nu se câștigă cu o injecție cu antibiotice sau cu o operație. Vindecarea constă în a câștiga un nivel superior de armonie. Trebuie respectat un echilibru între viața interioară a corpului și mediul înconjurător exterior. Trebuie respectat echilibrul între fizic, mental și spiritual.

Nu fiți extremiști. Fiți fericiți cu viața voastră și acceptați natura lucrurilor așa cum sunt ele. Găsiți-vă un ideal, un centru, un loc în care să vă regăsiți, un sistem de credință.

Medicii ar trebui să servească umanitatea respectând unitatea individului. Trebuie să considere nevoile globale ale unei persoane și să prescrie tratamente care se adresează celor trei corpuri: fizic, mental și sufletesc.

Trăim într-o epocă de revoluție în care ideile sunt pe cale de schimbare radicală. Trăim într-o lume care caută o cale spre scopurile reale ale umanității.

Spiritul omului se deschide în sfârșit noțiunii de bine.

SANDA ȘTEFAN

AVERTISMENT

Terapiile, regimurile, curele, dietele şi reţetele naturiste prezentate în acest volum, au fost culese din medicina tradiţională şi au caracter informativ.

Atunci când ele nu sunt realizate corect, pot surveni efecte contrare sanatăţii. Tratamentul cu ajutorul lor se va face sub supraveghere medicală de specialitate sau sub îndrumarea terapeutului cu experienţă în astfel de proceduri.

Deşi conţinutul a fost atent corectat, nu sunt excluse eventualele greşeli de tipar.

Relaţii suplimentare (informare - documentare) puteţi obţine, în mod gratuit, de la doamna Sanda Ştefan, tel.: 0745 153 875, 021 673 36 59, între orele 10:30 şi 20:30, **exceptând zilele de sâmbătă şi duminică.**

-REGIM DE DEZINTOXICARE- AUTOTRATAMENTUL RECOMANDAT DE VALERIU POPA PENTRU BOLI FOARTE GRAVE ŞI CANCERE "BG1" (45 DE ZILE)

ORAR TERAPEUTIC:

Ora 7.30. Terapia cu ulei.

După trezire, primul gest să fie scuiparea din gură a salivei adunate; după aceasta se ia o lingură de ulei de floarea-soarelui şi se mestecă potrivit de ritmic timp de 20 de minute stând în fotoliu cu capul ţinut drept, apoi se scuipă uleiul şi se raclează limba cu o coadă de lingură de lemn îndepărtându-se astfel stratul albicios-gălbui depus. Se clăteşte gura cu apă sărată (o lingură de sare la o cană de apă) şi se repetă raclajul limbii de circa 30 de ori. Apoi se perie limba de câteva ori cu o periuţă de dinţi destinată special pentru acest lucru.

- se pune pe foc apă în două vase de câte 2-3 litri şi se prepară infuziile pentru clismă şi spălătură vaginală;
- se pregăteşte apă caldă pentru igienizarea de după clismă.

Ora 8.00. Terapia cu mălai.

Se ia în gură o lingură de mălai şi se mestecă stând în fotoliu 10-15 minute până când începe să curgă saliva. Apoi, gura se clăteşte cu apă sărată.

Ora 8.30. Clisma.

Se strecoară infuzia caldă de rostopască în irigator (temperatura se controlează cu cotul cu dorinţa de a fi cât mai caldă), şi în poziţia genupectorală se introduce canula (după ce s-a uns anusul cu ulei de măsline).

Se face un masaj pe burtă în jurul ombilicului. După defecare se face igienizarea stând cu fundul într-un lighean. În cazul ieşirii muşchilor se reintroduc printr-o apăsare uşoară cu degetul.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Ora 9.00. Spălătura vaginală.

Se strecoară infuzia călduță de nalbă mare în irigator şi stând cu fundul în ligheanul gol (sau pe un prosop) se introduce canula în vagin şi se aşteaptă până se scurg cei 2 litri.

Ora 9.30. Sărituri pe vârfuri.

Se deschide geamul şi în faţa lui se fac 100 sărituri pe vârfuri mişcând braţele ritmic şi respirând în acelaşi timp (ritmic).

Ora 10.00. Pregătirea orezului.

4 linguri de orez integral se spală într-o cană şi se lasă la înmuiat până la ora 11.00.

Se execută automasajul în talpă, în punctele indicate (pentru organele afectate).

Ora 11.00. Masa 1.

Orezul pregătit cu o oră înainte se înghite întreg sau se mestecă. Apoi se consumă 1/2 litru apă distilată. Toată operaţiunea trebuie să dureze o oră.

Ora 12.30. Pregătirea mesei 2.

Se rad şi se amestecă cu o lingură de lemn următoarele: 5 linguri grâu încolţit, 2 linguri ţelină mică, 2 linguri rădăcină pătrunjel (gros), 1 lingură gulie (gulioară verde), 2 linguri sfeclă roşie, 1 lingură miere pură, 2 linguri mere.

Ca desert: o linguriţă (de lemn) cu polen conservat în miere.

Ora 13.00. Masa 2.

Cele de mai sus se amestecă bine şi se servesc cu o lingură de lemn.

Obligatoriu: masa trebuie să dureze o oră.

Ora 14.00.

Se pune în funcţie distilatorul şi se fac 2-3 litri de apă.

Ora 16.00. Masa 3.

Se bea o cană de ceai de salvie neândulcit (250 ml apă distilată în care se fierbe o linguriță de plantă 2 minute).

Ora 18.00. Masa 4.

- se consumă 100 g seminţe de bostan crude;
- se bea o cană de infuzie de cimbrişor (250 ml apă distilată clocotită + 1 linguriță de plantă, infuzat 10 minute).

Ora 19.00.

Se pregătesc infuziile pentru clismă şi spălătura vaginală.

Ora 20.00. Somniferul.

Se pregăteşte şi se ia somniferul astfel: se curăță 4 mere ionatan, iar coaja se infuzează 15 minute în 250 ml apă distilată. Se adaugă o lingură rasă de miere. Apoi se consumă cojile de mere, iar zeama se soarbe încet din lingură.

Toată operațiunea trebuie să dureze 45 de minute.

Ora 21.00.

Se fac clisma şi spălătura vaginală.

Ora 21.30.

Culcarea în pat cu geamul deschis 10 minute. Apoi somnul cu geamul închis.

Prepararea infuziilor.

- infuzia pentru clisma 1 (de dimineață)
  2 linguri rostopască în 2 litri apă clocotită/infuzat 10 minute;
- infuzia pentru clisma 2 (de seară)
  2 linguri muşeţel în 2 litri apă clocotită/infuzat 10 minute;
- infuzia pentru spălătura vaginală
  2 linguri nalbă mare în 2 litri apă clocotită/infuzat 10 minute.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

REGIM DE DEZINTOXICARE CONCEPUT DE VALERIU POPA PENTRU CANCER ŞI STĂRILE PRECANCEROASE (45 DE ZILE)

- Dimineaţa la trezire: terapia cu ulei şi mălai (vezi regimul "BG1")

- ora $11^{\underline{00}}$ se înghit 4 linguri de orez crud (înmuiate cu o oră înainte) cu 1/2 litru de apă distilată

- ora $13^{\underline{00}}$ se amestecă şi se consumă următoarele:
  - 125 g grâu încolţit
  - 1/2 kg. mere rase
  - 3 linguri ţelină rasă
  - 2 linguri rădăcină de pătrunjel rasă
  - 4 linguri sfeclă roşie rasă
  - 1 lingură miere de salcâm

- ora $18^{\underline{00}}$ se consumă aceeaşi salată ca la ora $13^{\underline{00}}$ înlocuind merele cu pere.

- Înainte de culcare cu o oră, se consumă 30 de seminţe crude de dovleac şi se bea o cană de ceai de cimbrişor.

- Se fac 2 clisme pe zi, una dimineaţa cu 2 litri de ceai de muşeţel şi una seara, cu 2 litri de ceai de rostopască.

- Se pun comprese cu frunze de varză, de seara până dimineaţa, pe zonele afectate.

CURĂ DE DEZINTOXICARE DE O ZI

Aveţi nevoie de:

- 2 pliculeţe de 30 de g fiecare de sare amară (sulfat de magneziu) din farmacie pe care le dizolvaţi în 750 ml apă. Obţineţi o soluţie laxativă pe care o împărţiţi în 3 căni de câte 250 ml fiecare.
- 200 ml ulei de măsline presat la rece + zeama de la 3 lămâi

În ziua respectivă luaţi masa de dimineaţă la ora 10.00 şi până la ora 14.00 nu mai mâncaţi nimic.

Ora 14.00 - Luaţi prima cană (250 ml) de laxativ

Ora 16.00 - Luaţi a doua cană (250 ml) de laxativ

Ora 18.00 - Se înghite uleiul de măsline (200 ml) cu zeama de la 3 lămâi şi apoi, obligatoriu se stă pe partea dreaptă 1/2 oră.

Ora 22.00 - Luaţi ultima cană (250 ml) de laxativ

Ora 23.00 - Se mănâncă o cană de griş fiert în lapte.

Pe parcursul curei se poate bea apă în afară de o oră înainte şi o oră după ce luaţi uleiul.

Veţi avea multe scaune; e bine să vă controlaţi fecalele pentru a vedea ceea ce eliminaţi.

Excesul de bilirubină precipită sub formă de biluţe verzi gelatinoase (sunt îmbibate cu ulei), colesterolul sub formă de biluţe albe; iar nisipul şi mâlul ies ca atare.

După cura de dezintoxicare puteţi începe regimul naturist propriuzis.

Atenţie!

- Cei cu diabet, pe parcursul curei pot mânca normal însă în cantităţi foarte mici. O oră înainte şi după ce luaţi uleiul de măsline nu mâncaţi nimic.
- Cei cu gastrită hiperacidă şi ulcer nu folosesc soluţia laxativă, ci numai soluţia uleioasă de la ora 18.00. În schimb, timp de două zile, începând cu ziua în care se face cura, vor face două clisme pe zi: una dimineaţa şi una seara cu doi litri de ceai de muşeţel.

SANDA ŞTEFAN

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

DIETĂ BAZICĂ

Alimente interzise:

Carne, mezeluri, afumături, brânză fermentată (caşcaval, brânză topită, toate cremele de brânză din comerţ), lapte dulce, cafea, cacao, ciocolată, zahăr alb, mere în exces, sare, roşii, bulion, ketchup, ulei rafinat, borş, ceapă crudă, apă acidulată, sucuri din comerţ, alcool, bere (chiar fără alcool, fiind un produs fermentat întreţine aciditatea în organism), oţet, murături, margarină, conserve, alimente prăjite, făinoase albe, patiserii, castraveţi, vinete.

Dieta propriuzisă

Se consumă un singur fel de mâncare la masă şi trebuie o pauză de cel puţin două ore între mese.

Dimineaţa pe stomacul gol, se consumă zilnic - un suc de portocale de 300 ml. După care se face o pauză de 1½ - 2 ore, apoi - un suc de mere 150 ml, combinat cu suc de morcovi 300 ml, apoi pauză de 1½ - 2 ore, după care se poate servi prima masă.

Feluri de mâncare (la alegere)

- Peşte proaspăt - cu legume fierte. Se poate folosi suc de lămâie şi usturoi. Peştele nu se combină cu pâine, cartofi, paste, orez, mămăligă.
- O salată/zi din: morcov ras, ţelină rasă, 2 legături de pătrunjel (se pot adăuga andive şi salată verde), două linguri de ulei de măsline presat la rece (extra virgin), puţin suc de lămâie.

Salata poate fi consumată simplă, sau cu 3 - 4 linguri de orez fiert sau cu pâine de secară uscată. Se poate adăuga brânză de vaci.

- Supă de legume.
- Supă de cereale (mei, hrişcă, orez integral, arpacaş) - cu legume.
- Supă de fasole boabe (boabe rare şi mai multe legume).
- Supă de linte.
- Orez cu legume.

- Arpacaş cu legume.
- Secară cu legume.
- Hrişcă cu legume.
- Brânză de vaci, sana, iaurt, kefir, lapte bătut.
- Mămăligă din: - mălai,
  - mei măcinat,
  - 2 linguri de semnițe de in râşnite / porție.

Toate se fierb timp de 20 minute. Se adaugă brânză de vaci, usturoi, (lapte bătut).

- Cartofi copți în coajă în cuptor. Se consumă cu brânză de vaci, usturoi, 2 linguri de ulei din semințe de in presat la rece.
- Legume fierte în aburi. Se consumă cu brânză de vaci, usturoi, suc de lămâie.
- O masă de fructe / zi, un singur fel de fructe la masă.
- Stafide, curmale, smochine.
- Se bea în loc de apă, un amestec de ceaiuri din: gălbenele, coada - calului, salvie, muşeţel. O linguriță de amestec la cană, fiert 3 minute.

Dieta bazică reprezintă o nutriție echilibrată pentru toți cei care vor să-şi rezolve problemele de sănătate. Ajută foarte mult în bolile de inimă, osteoporoză, artroză, toate bolile reumatismale, boli renale, urinare, prostată, chiar şi în anumite tipuri de cancer.

<u>În osteoporoză</u> se face o cură de 3 - 6 luni cu un amestec din 3 linguriţe de pulbere de coada calului măcinată şi 3 linguri de mei măcinat / zi. Nu se întrerupe nici o zi. Oasele se remineralizează şi se stabilizează calciul din organism.

<u>În artroze</u>, la fel ca în osteoporoză, se face o cură de 6 luni cu acelaşi amestec din 3 linguriţe de pulbere de coada calului şi 3 linguri de mei măcinat / zi.

Zilnic se aplică pe zonele afectate cataplasme cu ulei de ricin. O bucată de pânză din bumbac îmbibată în ulei de ricin se aplică pe zona respectivă, peste pânză se pune un plastic, iar peste plastic o altă pânză, peste care se aplică o sursă de căldură (pernă electrică, ciorap sau săculeţ cu sare...), timp de o oră / zi. După îndepărtarea cataplasmei, pielea se spală cu apă şi săpun, apoi se şterge cu apă şi bicarbonat de sodiu, (un litru apă + 4 linguri de bicarbonat de sodiu).

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

TERAPIA CU ARGILĂ

Argila este cunoscută astăzi ca panaceu universal şi aproape fără contraindicaţii, fiind folosită încă din antichitate cu rezultate excepţionale. Practicată şi în ţara noastra ca remediu tradiţional, această terapie plasează argila la rangul de medicament al viitorului. Este foarte bogată în minerale naturale: calciu, fier, magneziu, aluminiu, siliciu, sodiu, potasiu etc.

Proprietăţile de bază ale argilei sunt: dezinfectant, bactericid, regenerator, antiseptic, remineralizant, vitalizant, tonifiant, cicatrizant, antitoxic, absorbant, degresant şi nu în ultimul rând: putere antioxidantă.

Se foloseşte atât în cure interne cât şi externe sub formă de apă de argilă, lapte de argilă, cataplasme şi băi, restabilind echilibrul acido-bazic al organismului, remineralizându-l şi stimulând activitatea glandelor endocrine.

Ca remediu intern, este indicată în următoarele afecţiuni: ulcer, gastrite, colite, enterocolite, parazitoze, hemoroizi, fisuri anale, hepatite, ciroze, insuficienţă hepatică şi biliară, nefrite, cistite, litiaze renale, prostată, anexite, astm, tuberculoză, bronşită traheică, otite, sinuzite, boli de nervi, paradontoze, micoze bucale, abcese dentare, pancreatită, insuficienţă tiroidiană, afecţiuni reumatice, intoxicaţii, obezitate, diabet, boli ale inimii, tumori benigne şi unele forme de cancer cum ar fi: cel al stomacului, colonului, rinichiului, vezicii urinare.

Ca remediu extern, se utilizează în: tratarea ulcerelor varicoase, a plăgilor, exemelor, degerăturilor, infecţiilor dermatologice, entorse, contuzii, furunculoze, panariţiu, Zona Zoster, acnee, conjunctivită, arsuri, flebite, celulite şi altele.

Sunt foarte puţine contraindicaţii în tratamentul cu argilă, şi anume: în cazuri de hernie, constipaţie severă, tratament cu raze X. De asemenea, femeile aflate în perioada ciclului menstrual nu vor face această terapie.

Cura internă se face în prima fază pe durata a trei săptămâni, în fiecare zi bându-se câte un pahar de apă argiloasă de 3 ori/zi, pe stomacul gol dimineaţa, şi înaintea meselor de prânz şi seara cu 1/2 oră. Paharul cu apă de argilă se prepară de seara pentru a doua zi, se pune

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

o linguriță de argilă într-un pahar cu apă. Primele trei zile se bea doar apa fără a agita argila din pahar. După aceea se consumă împreună cu argila, amestecând cu o linguriță înainte de a consuma compoziția din pahar. Cura se continuă timp de 6 luni, câte 10 zile/lună.

În timpul acestei cure nu se consumă grăsimi animale şi alcool.

În primele zile de tratament urina şi scaunul pot prezenta modificări: miros urât, uşoară constipație sau diaree, urină tulbure şi închisă la culoare. Nu trebuie să se întrerupă tratamentul, încep să se elimine toxinele, purificându-se astfel organismul.

Pentru uzul extern se prepară pasta de argilă. Punem argila într-un vas, turnăm progresiv apă amestecând continuu cu o lingură de lemn până obținem o pastă densă. Din ea se prepară cataplasmele care se aplică de 2-3 ori/zi timp de 2-3 ore. Pentru acnee se întinde pasta pe față lăsând-o 10-15 minute, apoi se spală fața cu apă călduță.

Se pot face şi spălături vaginale şi clisme în doze de 3-4 linguri la 1 litru de apă, la temperatura corpului.

Folosind regulat cura cu argilă veți scăpa de riduri şi obrazul se va catifela.

Eficiența mare pe care o are în majoritatea afecțiunilor face din terapia cu argilă un tratament naturist de excepție.

SANDA ŞTEFAN

EFECTELE CURATIVE ALE BITTERULUI SUEDEZ

Plantele folosite sunt următoarele:

- 30 g aloe - frunze
- 10 g răşină de brad
- 5 g şofran (rădăcină) sau stânjenel (rădăcină)
- 10 g salcâm (flori)
- 10 g dafin (frunze) sau scorţişoară pisată
- 20 g frasin (frunze)
- 10 g fenicul sau anason
- 20 g troscot sau rădăcină de rubarbă
- 20 g genţiană (sau 50 g pelin şi 5 g anghinare)
- 10 g scaiete (rădăcină)
- 10 g angelică
- 20 g ienupăr (boabe pisate)
- 20 g soc
- 30 g ţintaură
- 20 g tătănească
- 20 g rostopască
- 20 g salvie
- 20 g odolean
- 20 g coriandru
- 20 g anghinare
- 30 g gălbenele
- 30 g sunătoare
- 25 g ciuboţica cucului
- 30 g urzică
- 30 g pufuliţă cu flori mici
- 30 g coada calului
- 30 g coada şoricelului
- 30 g unguraş
- 25 g traista ciobanului
- 25 g vâsc
- 30 g pedicuţă
- 25 g osul iepurelui
- 30 g cimbru
- 30 g pătlagină

Acest amestec se pune în 3 litri de alcool de 38-40°; se amestecă

de două ori/ zi şi se lasă la macerat 14 zile, după care se strecoară prin tifon şi se toarnă în sticle mici de culoare închisă. Pot fi păstrate ani. Cu cât stă mai mult, cu atât are efect mai bun.

Profilactic, se iau 2 linguriţe/zi, una dimineaţa şi una seara. Linguriţa de bitter suedez se diluează în 125 ml ceai de plante sau apă şi se ia cu 1/2 oră înainte de masă.

În bolile maligne se iau 2-3 linguri/zi după cum urmează: câte o lingură diluată în 125 ml apă sau ceai de plante, prima se ia cu 1/2 oră înainte de masa de dimineaţă iar celelalte cu 1/2 oră după masă.

Enumerăm o parte din efectele curative:

- Dacă este mirosit sau inspirat des şi dacă se umezeşte cu bitter baza craniului, dispar durerea de cap şi ameţeala şi se întăresc creierul şi memoria.

- Ajută vederea, înlăturându-le ochilor roşeaţa, durerea şi injectarea. Vindecă cataracta dacă se umezeşte coada ochilor sau se pune o bucată de pânză umezită cu bitter pe ochii închişi.

- Vindecă exemele de orice fel şi bubele din nas dacă acestea se umezesc bine şi des.

- Calmează durerile de dinţi ţinându-se în gură un amestec din puţină apă şi o lingură de bitter, sau se pune o compresă înmuiată pe dintele dureros. Durerea dispare şi infecţia se retrage.

- Aftele, băşicile de pe limbă sau alte afecţiuni care apar pe limbă dispar dacă sunt umezite sistematic cu acest bitter.

- Pentru dureri de gât - când el este roşu şi inflamat, se înghit încet 3 linguriţe/zi - diluate în ceai.

- Pentru dureri de stomac se ia la o criză o lingură.

- Pentru colici se iau 3 linguri, încet, una după alta.

- Elimină neplăcerile gazelor intestinale.

- Este de mare ajutor ficatului în toate bolile sale.

- Dureri ale vezicii biliare: se ia câte o lingură dimineaţa şi una seara şi se pun noaptea comprese; durerea dispare repede.

- Ajută în constipaţie.

- Pentru hidropizie, se ia câte o lingură în puţin vin alb, dimineaţa şi seara, timp de 6 săptămâni.

- Pentru dureri de urechi şi vâjâit în urechi se umezeşte o bucată de vată şi se bagă în ureche. Redă chiar şi auzul pierdut.

- Elimină viermii intestinali, chiar şi tenia.

- Vindecă icterul dacă se ia câte o lingură de 3 ori/zi şi se aplică

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

comprese pe ficatul inflamat.

- Hemoroizii se umezesc des şi se face şi cura internă.
- În caz de tuberculoză se iau 3 linguriţe/zi timp de 6 săptămâni.
- Ajută la vindecarea secreţiilor vaginale.
- Reglează ciclul menstrual.
- Ajută în vindecarea epilepsiei fortificând nervii şi întreg organismul.
- Duce la dispariţia indispoziţiilor.
- Rezultate bune în videcarea paraliziei.
- Foarte eficient în caz de febră.
- Tratează foarte bine cancerul.
- E foarte bun pentru negi, cicatrice, tăieturi, răni, umflături, vânătăi.
- Curăţă sângele, stimulează circulaţia şi ajută în anemie şi reumatism.

Atenţie:

- Toate cantităţile indicate trebuie diluate cu ceai de plante sau apă.
- Nu se consumă lapte înainte şi după administrare.

SANDA ŞTEFAN

APA VIEȚII
METODĂ DE TERAPIE TRADIȚIONALĂ CHINEZĂ

Totdeauna apa a fost elementul natural, pentru om, cel mai prețios ca sursă de sănătate. În toate religiile antice, ea era simbolul purificării. Numeroase desene rupestre demonstrează că omul preistoric ştia să vindece răni grave şi malformaţii cu ajutorul apei. Străvechea ştiinţă indiană prescria folosirea terapeutică a apei. În Egiptul antic se practica terapia apei. Grecii vindecau multe boli cu ajutorul apei. Majoritatea curelor lui Hipocrate aveau la bază apa. Puterea curativă a apei o întâlnim şi în Vechiul Testament, chiar şi Iisus a împlinit diverse minuni cu ajutorul ei.

Cura cu apă, pe care o vom prezenta, a trecut prin timp din China antică până în zilele noastre şi reprezintă unul dintre misterele medicinei tradiționale.

Procedeul este simplu. Se bea dimineața apă pe stomacul gol. Apa trebuie să fie filtrată şi la temperatura camerei. Nu se ține niciodată la frigider. Apa se bea în prima jumătate de oră după trezire, zilnic şi se evită orice întrerupere, mai ales în primele 21 de zile. Acest procedeu e bine să fie continuat cât mai mult posibil. Efectele cresc proporțional cu deprinderea şi continuitatea practicii. Se începe cu 1,5 litri şi, în circa 2-3 săptămâni, se va ajunge la cantitatea optimă de 3,5 litri.

Cantitatea nu este nici exagerată, nici absurdă. Atât introducerea, cât şi eliminarea se reglează după primele zile de practică.

Este bine ca dimineața, sticla cu apă să fie agitată de 120 de ori cu ajutorul mâinilor, astfel, apa se dinamizează şi energizează, compatibilizându-se cu corpul fizic şi energetic al celui care consumă apa. Dacă apa este expusă răsăritul soarelui (solarizată), îşi măreşte raza de acțiune şi rezultatele sunt mai mari.

Prin acest procedeu se reconstruieşte starea de sănătate. Pentru cei consideraţi sănătoşi, cura este considerată profilactică.

Vârstnicii, hipertensivii şi cei cu probleme renale se vor opri la 2-2,5 litri şi vor avansa foarte lent către această cantitate.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Alimentația ar fi bine să fie lacto-vegetariană şi mai puțin sodată.

Nu se mănâncă seara după ora 19.

Se mănâncă după 3 ore de la ingerarea apei.

Pot să apară şi diverse reacții secundare, de dezintoxicare a organismului: posibile mâncărimi, senzații de oboseală, de buimăceală, umflarea picioarelor, uşoară nervozitate, care vor trece de la sine odată cu continuarea procedurii. Sunt simptome de însănătoşire.

Terapia poate fi făcută toată viața sau cel puțin 3 luni/an, ultima lună servind la retragerea gradată din practică.

Efecte benefice şi chiar miraculoase s-au înregistrat în toate bolile: cancer, afecțiuni ginecologice, afecțiuni ORL, migrene, hipertensiune, anemii, reumatism, paralizii, obezitate, artrită, tuse, astm, TBC pulmonar, meningită, afecțiuni hepatice, hiperaciditate, colită, constipație, hemoroizi, diabet, etc.

În cazul iradierilor, se elimină efectele primare şi secundare ale tratamentului cu cobalt ş.a.

Practic, apa se va bea în prima jumătate de oră de la trezire. Nu înghițiți de la început (din prima zi) toată cantitatea; se poate ajunge treptat la 1,5 litri în prima săptămână.

Încercați să nu întrerupeți apa nici măcar o zi. Mergeți încet mai departe, nu vă opriți la jumătatea drumului.

Schema practică este următoarea:

Săptămâna	I		II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Cantitatea (litri)	Bărbați	1,5	2	2,5	3	3,5	Stabil		
	Femei	0,5	1	1,5	2	2,5	3	3,5	Stabil

Încheierea practicii acestui procedeu decurge în mod invers conform schemei.

La stabilizarea dozei, se urmează 21 de zile minim, pentru ca rezultatele să fie maxime.

Succes!

CINCI ALIMENTE MIRACULOASE

Germenii de grâu, drojdia de bere, polenul, iaurtul şi pătrunjelul

Aceste alimente sunt miraculoase pentru că ele contribuie la asigurarea sănătăţii, la conservarea tinereţii şi la menţinerea în forţă a anilor bătrâneţii.

1. Germenii de grâu

Germenii de grâu sunt foarte bogaţi în substanţe preţioase şi vitalizante: produşi fosfataţi uşor asimilabili, săruri minerale de fier şi de magneziu în doze foarte ridicate, proteine complete conţinând toţi acizii aminaţi indispensabili vieţii, oligoelemente precum cupru, zinc, magneziu, numeroase vitamine printre care A, B1, C, E, PP şi cantităţi însemnate de vitamina C.

Reprezintă un aliment echilibrant, care ar trebui consumat zilnic. Are efecte terapeutice crescute în reumatism, gută, cancer, artrită avansată, stări depresive, probleme digestive cu regularizarea digestiei, este tonic nervos, stimulează nutriţia.

Modul de preparare este următorul: se pun grăunţele de grâu într-o farfurie, după ce au fost spălate, acoperite cu apă timp de 24 de ore. Apoi, se scurg complet de apă şi se stropesc la 6-8 ore, având grijă să nu rămână apă deasupra grăunţelor pentru a nu mucegăi sau putrezi. Când grâul a încolţit si are germenele de 1-2 mm, poate fi consumat.

Modul de administrare este următorul:

- Adulţi: câte 3 linguri/zi, câte una înainte de fiecare masă.
- Copii şi bătrâni: câte 3 linguriţe/zi, câte una înainte de fiecare masă.
- Sugari (de la 6 luni la 1 an): o linguriţă în 2-3 reprize pe zi.

Grâul germinat se mestecă îndelung, până la apariţia gustului dulceag produs de zaharificarea parţială a amidonului.

Pentru persoanele cu dantură deficitară, grâul germinat se pisează

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

în piuliță de lemn şi apoi se mestecă îndelung.

Pentru bolnavi, sugari şi copii mici, se face un piure în care se adaugă puțină miere.

2. Drojdia de bere

Drojdia de bere este un aliment miraculos datorită combinației echilibrate de substanțe minerale rare, uşor asimilabile.

Ea conține: 50% proteine care sunt uşor digerabile, toți acizii aminați indispensabili vieții (lisyna, histidina, leucina, fenylamina, cistina, etc.), gluten şi peptide în cantitate foarte ridicată — ce au acțiune în reacțiile de oxido-reducere, în procesele de dezintoxicare şi de rezistență la infecții, lecitine, 14 săruri minerale esențiale, oligoelemente, 17 vitamine, ergosterol, etc.

100 g. de drojdie de bere furnizează:

- proteine - cât 250 g. de carne şi glicogen — cât 65 g. de pâine;
- de 10 ori mai multă vitamină B1 decât pâinea;
- de 2 ori mai multă vitamină B2 decât ficatul;
- de 15-20 de ori mai multă vitamină PP decât carnea;
- de 10 ori mai multă vitamină B6 decât carnea;
- de 5-10 ori mai mult acid pantotenic decât cerealele;
- de 20 de ori mai mult acid folic decât tărâțele de grâu.

Modul de administrare este următorul:

- adulți şi bătrâni: 1-2 linguri de drojdie amestecată în supă sau legume, de 3 ori/zi.
- copii: o linguriță de drojdie amestecată în supă sau legume, de 3 ori/zi.

Este foarte recomandată în anemii. Este excelentă pentru sportivi, cărora le măreşte rezistența la oboseală, uşurând eliminarea de toxine şi deşeuri metabolice.

Prin conținutul său ridicat de proteine şi prin natura acizilor aminați pe care-i conține, joacă un rol protector pentru ficat.

Este indicată în avitaminoze B sau complexe, afecțiuni neurologice sau neuromusculare, alcoolism, steatoze hepatice, hepatite, ciroze, afecțiuni renale, afecțiuni intestinale.

Are acțiune inhibitoare asupra unor germeni patogeni ca: stafilococ, streptococ, colibacil.

Remediază rapid dezechilibrul florei intestinale, mai ales în urma administrării de antibiotice.

3. Pătrunjelul

Modestul pătrunjel este deosebit de bogat în elemente prețioase. Conține la suta de grame:

- vitamina C- 150 -200 mg.(lămâia conține 100 mg.)
- provitamina A — 60 mg. (mărarul conține 7-14 mg.)
- calciu — 240 mg.
- fier — 19-20 mg.

Este un excelent antiseptic al sângelui şi al intestinelor şi previne cancerul (are acțiune citostatică naturală). Fluidifică sângele şi curăță vasele de sânge.

Este recomandat în toate bolile de inimă şi circulație, rahitism, tuberculoză, afecțiuni hepatice şi urinare, afecțiuni oculare.

Întârzie îmbătrânirea.

Se poate consuma sub formă de suc sau amestecat în alte alimente. Nu are contraindicații cantitative.

4. Iaurtul

Iaurtul este uşor asimilabil şi constituie un adjuvant digestiv datorită fermenților mulți conținuți.

Acidul lactic din iaurt asigură existența unei flore intestinale sănătoase, împiedicând putrefacțiile intestinale. Conține multe săruri de calciu şi vitaminele B în cantități ridicate.

Un pahar de iaurt constituie doza zinică suficientă şi nu trebuie prelungită mai mult de 15 zile pe lună.

5. Polenul

Este un aliment mineral care conține: proteine, zaharuri, grăsimi, materii minerale, oligoelemente, toate vitaminele, hormoni, pigmenți, etc.

Este revitalizant, înlăturând oboseala şi surmenajul în câteva zile.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Este recomandat în toate bolile, cu excepţia dibetului.

Dezintoxică organismul şi împiedică îmbătrânirea prematură.

Este un bun adjuvant în terapia cancerului.

Doza zilnică normală este de 1/2 - 1 linguriţă. Se consumă diluat în apă, ceai — călduţe.

În afecţiunile mai grave, se măreşte doza până la 3 linguriţe /zi.

Luat în mod regulat, sănătatea se îmbunătăţeşte foarte mult.

CURA CU ALOE

Este recomandată în ulcer, gripă, astm, reumatism, astenie nervoasă, dureri de cap, scleroză, eczeme.

Înainte de a se folosi, planta nu trebuie udată timp de 5 zile.

Se foloseşte 1,5 kg. de plantă, în vârstă de 3-5 ani, care se trece prin maşina de tocat.

Se adugă 2,5 kg. de miere de mai şi 3,5 kg de vin roşu natural de 14-18 grade.

Toate se pun într-un borcan de sticlă şi se aşează într-un loc răcoros şi întunecos, timp de 5 zile.

După acest timp se ia, în primele 7 zile, câte o linguriţă, de 3 ori/zi, cu 2 ore înainte de masă.

După cele 7 zile, se va lua câte o linguriţă, de 3 ori /zi, cu o oră înainte de masă.

Durata minimă a unei cure cu aloe este de 2-3 săptămâni.În timpul tratamentului se exclud din alimentaţie laptele şi ouăle.

Se consumă cât mai multe supe şi fructe dulci între mese.

Iaurtul va fi admis doar în cantităţi mici.

ZAHĂRUL ALB

Numeroşi terapeuţi denumesc zahărul alb rafinat "otrava lentă" care s-ar afla la originea artrozelor.

Crescând aciditatea din organism atacă articulaţiile.

Fiind un aliment concentrat, lezează organele digestive obligându-le să prelucreze o cantitate prea mare de energie. Neputând fi prelucrat tot, o parte trece imediat în sânge prin intestinul subţire, ceea ce obligă pancreasul să producă insulină în exces, aceasta din urmă conducând la scăderea zahărului din sânge şi instalându-se starea de hipoglicemie. Astfel organismul se dereglează, creându-se strări de excitare fizică şi nervoasă.

Acest gen de probleme sunt suportate de organism o bună perioadă de timp, abia mai târziu apărând simptomele de boală.

Deci, pancreasul solicitat de consumul de zahăr alb se dereglează, normalizând mai greu glicemia, ceea ce conduce la diabet zaharat.

Sistemul imunitar este parţial inactivat câteva ore după ingerarea zahărului, printr-un dezechilibru hormonal, ceea ce conduce la infecţii urinare complexe, rinită, alergii, sinuzită, gripă, boli de plămâni şi altele.

Zahărul alb creşte aciditatea digestivă şi intestinală, conducând la distrugerea calciului din organism, şi prin urmare se ajunge la artroze, artrite, reumatisme.

Conduce chiar la obezitate prin perturbarea echilibrului hormonal, creşte apetitul şi dezvoltă în exces ţesutul adipos.

S-au inventat astfel substituenţi ai zahărului cum este aspartamul (E951) - care este mult mai nociv. Acest îndulcitor des folosit poate fi sursa a peste 70 de tipuri de boli mortale.

Cel mai potrivit înlocuitor natural al zahărului este mierea de albine, şi la fel de bune sunt fructele proaspete consumate ca atare sau uscate. Ele sunt uşor suportate de organism şi au efect de curăţare şi vindecare.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

MARGARINA

Acest produs apetisant, atrăgător şi cu miros de lapte se obţine pe cale chimică dacă se încălzeşte la 150°C un amestec de uleiuri vegetale în prezenţa hidrogenului şi folosind catalizatori de nichel.

Are consistenţă şi culoare asemănătoare untului, însă structura sa moleculară este identică cu cea a plasticului. Pe deasupra margarina este "îmbogăţită" cu coloranţi, cu vitamine sintetice şi cu aromatizanţi artificiali care o fac să miroasă a lapte mai tare decât laptele.

Grăsimile care intră în compoziţia margarinei sunt greu asimilabile de organism şi dereglează o mulţime de procese naturale:

- împiedică activitatea normală a sistemului imunitar, crescând astfel sensibilitatea organismului la infecţii, intoxicaţii, cancer.
- conduc la sclerozarea vaselor de sânge cu rezultate nefaste pentru inimă, creier, întregul sistem circulator.
- solicită excesiv ficatul pentru a putea fi metabolizate.
- ajută la formarea de depozite de grăsime pe talie şi fese, precum şi la apariţia celulitei.

Aceste grăsimi sunt foarte dăunătoare, deoarece nu pot fi "arse" de către organism. Ele se depozitează în ţesuturi şi acoperă membrana celulelor, paralizând sistemul imunitar. Astfel, nu se mai fac schimburile ionice la nivel celular, iar celula moare.

Înlocuitorii naturali ai margarinei sunt uleiurile presate la rece, care ajută la eliminarea efectelor sale nefaste şi curăţă vasele de sânge, şi untul românesc - care e mai puţin prelucrat decât cel de import.

ADITIVII ALIMENTARI

Majoritatea aditivilor utilizați în industria alimentară sunt toxici, mulți fiind chiar interzişi în unele țări.

Unul dintre principalii aditivi care produc boala Alzheimer şi pe care organizații de profil din Uniunea Europeană duc o intensă campanie de interzicere a lui este glutamatul de sodiu E621 - permis în România şi conținut în exces în supele concentrate. Este considerat de specialişti ca fiind una dintre cele mai cancerigene substanțe. El se mai foloseşte şi pentru conservarea laptelui, brânzeturilor, mezelurilor şi ciupercilor.

Aveți mai jos lista aditivilor considerați toxici - extras din raportul Oficiului Consumatorului din Piața Comună Europeană:

- aditivi alimentari care produc cancer: E131 (albastru patent), E142, E211 (benzoat de sodiu), E213 (benzoat de calciu), E214, E215, E216, E217, E218, E239, E330 (acid citric).
- aditivi alimentari care afectează sistemul circulator: E250 (nitrit de sodiu), E251 (nitrat de sodiu), E252 (nitrat de potasiu).
- aditivi alimentari care produc boli de piele: E230 (difenil), E231, E232, E233.
- aditivi alimentari care atacă sistemul nervos: E311, E312.
- aditivi alimentari care produc tulburări digestive: E220 (sulfat anhidru), E221, E222, E223, E224, E338 (acid fosforic), E339, E340, E341, E407 din înghețată, E450, E461, E463 (hidropropil celuloză), E465 (metil etil celuloză), E466.
- aditivul care distruge vitamina B12: E200 (acid ascorbic).
- aditivi care cresc nivelul colesterolului: E320 (butil hidroxianisol), E321 (butil hidroxitoluen).
- alți aditivi periculoşi: E120 (conselina), E124.
- aditivi suspecți: E121, E141 (verde briliant), E150 (caramel), E153, E171, E172, E240, E241, E477.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Cei mai periculoşi aditivi alimentari

- E123 - este interzis în SUA, în fostele state sovietice şi în România. Se găseşte în bomboane, jeleuri, dropsuri mentolate, brânză topită şi creme de brânză. Este considerat cel mai puternic cancerigen dintre aditivi. Din aceeaşi categorie face parte şi E110 - care intră în componenţa dulciurilor (mai ales a prafurilor de budincă) pe care le colorează.

- E330 (acid citric) - produce afecţiuni ale cavităţii bucale şi are acţiune puternic cancerigenă. Se găseşte în aproape toate sucurile din comerţ.

- E102 (tartrazina) - este un alt colorant care se găseşte în dulciuri, mai ales în budinci. Şi el are acţiune cancerigenă.

Toţi aceşti aditivi, în afară de E123 sunt permişi în România.

Consumul de aditivi în cantităţi mici nu afectează organismul.

Folosiţi aceste liste atunci când faceţi cumpărături şi evitaţi alimentele care conţin aditivi alimentari periculoşi, şi din ceilalţi consumaţi dacă se poate doar ocazional.

REȚETE TRADIȚIONALE

CANCER

Leucemie

● Se consumă zilnic 75-100 ml. suc din rădăcini de nalbă de pădure.

● Se bea zilnic un litru de decoct din boabe de grâu, porumb, ovăz, secară şi mei.

Cancer, scleroză, boli cardiovasculare, boli renale, dezlipire de retină

Se mărunțesc şi se pun într-un vas 5 linguri de cetină (muguri verzi, mai mari). Se toarnă deasupra 1/2 litru de apă şi se fierbe amestecul 10 minute, la foc mic. Se infuzează peste noapte, la cald (într-un termos) şi se bea în cursul zilei următoare, în loc de apă.

Această fiertură poate fi consumată fără restricții de timp şi nu are contraindicații.

Cancer de piele cu leziuni extinse

Se aplică pe piele, o jumătate de oră, o compresă îmbibată cu o combinație de tinctură de arnică şi tinctură de mărul-lupului, în proporții egale. După 2 ore de la înlăturarea compresei, se unge zona afectată cu tinctură de propolis. Tratamentul se aplică cel puțin o dată pe zi.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Cancer la ficat (metastaze la ficat)

- O linguriță de pulbere de pedicuță, una de pulbere de tătăneasă (obținută din rădăcină râșnită) și una de pulbere de obligeană (obținută din rădăcină râșnită) se pun în 1/2 litru de apă și se lasă să se macereze la temperatura camerei de seara până dimineața.

- Preparatul se filtrează dimineața.

- Se opăreşte încă o linguriță de pulbere de pedicuță la o cană de apă clocotită, după care se lasă să se răcească și se filtrează.

- Se combină, în final, cele 2 preparate (infuzia și maceratul) și amestecul astfel obținut se bea în 3 reprize înaintea meselor principale cu o jumătate de oră.

Cancer hepatic, pancreatic, gastric, intestinal; cancer cu metastaze

Se recomandă tratamentul cu extract apos antitumoral. Se țin 3-7 cure a câte 40 de zile cu 10 zile pauză între ele.

Prepararea extractului:

- două linguri rădăcină de tătăneasă (bucăți) se lasă de seara până dimineața la macerat într-un pahar cu apă.

- în alt pahar se pun la macerat în apă, tot de seara până dimineața următoarele plante: o linguriță pulbere de frunze de nuc, o linguriță coada șoricelului; o linguriță muşețel, o jumătate de linguriță de rostopască.

- dimineața se filtrează ambele macerate, iar tătăneasa rămasă se pune la fiert la foc mic într-o cană de apă. După 20 minute de fiert, se ia de pe foc și se adaugă restul de plante rămase după filtrare, care se lasă să se infuzeze 15 minute.

- se strecoară infuzia, apoi se combină cu cele 2 macerate la rece.

- se bea pe parcursul zilei în 3 reprize.

- cu plantele rămase se pun comprese pe locul afectat.

Cancer bucal

Se culeg mlădițe de soc de 2-3 cm diametru de pe care se desprinde coaja.

Cojile de soc se pun într-o oală cu 4 litri de apă astfel încât să fie puțin acoperite şi se fierb la foc potrivit până rămâne un litru de lichid. Se lasă la răcit cu coji cu tot, după care se strecoară. Lichidul se pune din nou la fiert cu 250 ml ulei rafinat de floarea - soarelui, 3 linguri de miere şi ceară curată cât un ou. Se fierbe totul până scade la jumătate, apoi se răceşte, se strecoară prin tifon şi crema astfel obținută se păstrează în cutii de plastic la frigider. Se unge zona afectată de 2-3 ori/zi.

Cancer uterin, mamar sau ovarian

Se râşneşte năpraznic sau şovârv.

Din această pulbere se iau 1-2 linguriţe de trei ori/zi. Pulberea se ține sub limbă 15 minute după care se înghite cu puțină apă.

Cancer, boli de inimă, diabet, artrită, scleroză multiplă, boli de piele, alergii, stări inflamatorii

Ulei de semințe de in: 7 linguri/zi ca terapie timp de 21 de zile şi doza de întreținere:1-2 linguri/zi.

Cancer gastric

Suc proaspăt de cartofi, jumătate de pahar de 4 ori/zi, timp de o lună.

Cancer tiroidian

Se va unge zona nodulilor tiroidieni cu tinctură de nuci verzi până la dispariție.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Clisma cu cafea în tratarea cancerului

Aceste clisme diminuează spasmele, durerile precordiale şi, mai ales, determină eliminarea masivă de toxine. Clismele cu cafea nu acţionează asupra intestinelor, ci asupra ficatului, organul cel mai lezat în boala canceroasă.

Cofeina produce în ficat o stimulare excepţională, creşte producţia de bilă, se deschid canalele biliare, toxinele sunt prompt evacuate.

Se pot face două clisme /zi una dimineaţa şi una seara, iar în cazuri extreme se pot face şi din 4 în 4 ore.

Atenţie: ingerarea cafelei pe gură nu are nici pe departe vreunul din efectele enumerate aici.

Clisma cu cafea: se prepară cafeaua prin adăugarea a 2-4 linguriţe cu vârf de cafea, în 200-400 ml de apă clocotită. Se fierbe 5 minute la foc mic, apoi se filtrează şi se lasă la răcit până devine călduţă. Se introduce întreaga cantitate în intestin, unde se ţine 15 minute, după care poate fi evacuată.

Tratarea cancerului cu regimul Oshawa

Prin acest regim sângele se reînnoieşte printr-o alimentaţie pură, corespunzătoare.

Mii de bolnavi s-au vindecat cu această cură, nu numai de cancer, ci şi de: diabet, epilepsie, astm, reumatism, boli de inimă, scleroză în plăci, labilitate psihică, ş.a.

Regimul este următorul:

- Timp de 10 zile se consumă numai cereale Yang (grâu, orez, mei şi hrişcă). În afară de apă şi sare nu se mai acceptă nimic altceva. Se mănâncă pe săturate în două sau mai multe mese/zi şi în nici un caz nu se va răbda de foame în timpul curei.
- În cazul unor afecţiuni cronice, este indicat să se urmeze mai multe cure succesive de câte 10 zile, cu pauză de 3-4 zile între ele,

până la vindecare. În pauză şi încă 3-4 luni după însănătoşire se va ţine o dietă lacto-vegetariană pură.

- Se beau 2 litri de apă plată/zi.
- Dacă apare tendinţa de constipaţie, se fac clisme.
- După urmarea acestui regim creşte vitalitatea, capacitatea de muncă, se îmbunătăţesc memoria şi capacitatea de concentrare, somnul devine mult mai odihnitor şi se amplifică magnetismul curativ. Are loc o reîntinerire, revitalizare şi regenerare.
- Este un regim de purificare indicat în toate afecţiunile.

Adjuvant în metastaze

Este o reţetă din fosta U.R.S.S. confirmată de Institutul Oncologic din Moscova.

1,5 kg rădăcină de tătănească dată prin maşina de tocat carne, se amestecă cu 2,2 kg miere de salcâm şi 3,5 litri de vin roşu de ţară.

Preparatul se pune într-un borcan de sticlă, se închide ermetic şi se macerează 5 zile ferit de orice sursă de lumină. Se strecoară şi se păstrează la rece.

Se ia câte o linguriţă, de 3 ori pe zi, înaintea meselor principale cu 2 ore mai devreme timp de 5 zile, apoi se ia câte o linguriţă înaintea meselor principale dar numai cu o oră timp de 3 săptămâni, putându-se continua până la 2 luni.

Acelaşi amestec, în aceleaşi doze se recomandă şi în tratarea altor boli: gripă, anginâ pectorală, amigdalită, eczeme, astenie, tromboflebită, scleroze, reumatism şi altele.

Tumori

Se prepară alifia de vâsc.

Boabele albe, proaspete ale vâscului se amestecă cu untură curată, zdrobindu-se bine cu furculiţa.

Se păstrează la rece. Se aplică, de 2 ori pe zi, pe zonele respective.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Alifia este foarte bună şi pentru degerături.

Tumoră în (pe) corp

Se amestecă: fagure din ceară de albine cu ţuică curată şi pelin pisat până se obţine un terci. Se unge locul bolnav, se acoperă cu tifon şi se lasă peste noapte. Se repetă până la dispariţia tumorii.

Tumoră, nodul, furuncul

Se iau 2 linguri de tămâie (smirnă) de calitate foarte bună, se pisează foarte fin; 2 linguri de ceară de albine (curată), se dau pe răzătoare.

Se amestecă bine cele 2 ingrediente şi se adaugă 6 linguri de ulei de măsline. Se pun la fiert în bain-marie până ce devin lichide. Se ia de pe foc compoziţia şi se amestecă cu o spatulă de lemn până ce se răceşte. Trebuie să aibă consistenţa unei creme de faţă. Dacă iese prea tare se mai pune pe foc şi se mai adaugă ulei de măsline.

Se pune un strat gros din acest amestec (aproximativ 5 mm) pe locul afectat, se acoperă cu un tifon prins pe margine cu un leucoplast.

Nu se umblă la acest pansament 24-48 de ore. Se îndepărtează, se aruncă, se face pauză 2 zile.

Se repetă până când tumora (nodulul, furunculul) dispare.

Tumoră hepatică

Într-o sticlă de 1,5 litri de culoare închisă se pun la macerat: 350 g rădăcină de leuştean dată prin răzătoare mare, 350 g miere de albine curată, 350 ml vin de ţară curat- timp de o săptămână. Sticla va sta la întuneric, agitându-se de câteva ori pe zi.

Se ia câte o lingură de 3 ori/zi, cu 1/2 oră înaintea meselor principale cu tot cu leuştean. Între timp se pregăteşte o altă porţie din amestecul de mai sus. Cura se întrerupe după vindecare. Concomitent,

se urmăreşte ecografic evoluţia bolii.

Tratamentul trebuie completat cu ceai de tătănească 1 litru/zi, iar pe regiunea ficatului se vor aplica comprese călduţe cu terciul rămas de la fiertura plantei care se aplică seara la culcare timp de 3 ore.

APARATUL CIRCULATOR
(VASE DE SÂNGE, SÂNGE, INIMĂ, BOLI DE CIRCULAȚIE)

Circulație deficitară a sângelui

Dimineața, pe stomacul gol, se beau 200 ml de suc, pe zi, din care: 100 ml suc de mere şi 100 ml suc de pere, timp de 45 zile.

Îmbunătățirea circulației sanguine

Se utilizează sucul rezultat din 2 morcovi, 2 căței de usturoi şi o rădăcină de pătrunjel, în fiecare dimineață, pe stomacul gol, timp de 10 zile.

Hipertensiune

- Se pune într-un pahar o lingură de mălai. Se toarnă peste el apă fiartă până la umplerea paharului şi se lasă astfel, de seara până dimineața, când se bea această apă, pe stomacul gol, având grijă să nu se tulbure mălaiul depus pe fundul paharului.

- Se fierb 10 minute, 150 g păducel boabe în 4 căni de apă.
Se consumă întreaga cantitate într-o zi.

- În fiecare dimineață, pe stomacul gol, se înghite un cățel de usturoi (nu se mestecă), de mărime medie cu puțină apă.

- Se lasă la macerat, timp de 10 zile, 100 g praz tocat mărunt într-un litru de vin alb, curat.
Se bea câte un păhărel (50 ml) în fiecare dimineață, după micul dejun.
Acest vin este bun pentru toate bolile de inimă.

● Se fac 4 tincturi din: talpa gâştei 20 g, rozmarin 20 g, roiniţă 20 g, vâsc 40 g, păducel 40 g.

Fiecare din aceste plante se pune în sticluţe de 250 ml, după ce au fost mărunţite; se toarnă peste ele 200 ml alcool de 87°. Sticlele se închid ermetic. Se agită zilnic. După 14 zile se strecoară prin tifon, se pune fiecare tinctură în câte o sticlă care se închide ermetic. Se consumă, cu 30 minute înainte de fiecare masă (de 3 ori/zi) principală câte 5 picături din fiecare, diluate într-un pahar cu apă.

Tratamentul durează cel puţin 3-4 luni.

● Se amestecă o lingură de rădăcină rasă de hrean cu o lingură de miere până când se obţine o pastă omogenă. Acest amestec se înghite în întregime dimineaţa înainte de micul dejun. Cura se ţine 30 de zile şi se repetă la fiecare 2 luni. Tratamentul se aplică de 4 ori/an, timp de 3 ani.

În paralel, se bea o infuzie de leuştean obţinută din 2 linguri de frunze la o cană cu apă clocotită. Se infuzează 15 minute, se strecoară, se beau 2 căni/zi.

Mult mai puternică este tinctura din 20 g frunze + 20 g rădăcini de leuştean macerat 10 zile în 100 ml alcool de 70°. Se iau de 3 ori/zi câte 25 de picături diluate în jumătate de pahar cu apă.

● se prepară un macerat la rece din: 3 linguriţe de vâsc uscat, 1 linguriţă de rozmarin la o cană (250 ml apă)

Se lasă de seara până dimineaţa la temperatura camerei.

Se beau 2 căni/zi dimineaţa şi seara timp de 1 lună.

● tinctură de talpa-gâştei- se prepară din 20 g plantă la 100 ml de alcool de 70°.

Se lasă la macerat 8 zile, după care se consumă câte 20-40 picături o dată, de 3 ori/zi.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Tahicardie

Se toacă mărunt 1/2 kg. lămâi şi se amestecă cu 1/2 kg miere şi cu 21 sâmburi (miez) de caisă pisaţi.

Se ia din acest amestec, dimineaţa şi seara, câte o linguriţă, pe stomacul gol.

Ulcer varicos

3 pumni de frunze de scaiete (Centaurea bendicta) se fierb într-un litru de vin roşu de ţară, 15 minute, după care se adaugă 250 g slănină (sau osânză) de porc şi se mai fierb 10 minute. Se strecoară fierbinte şi se adaugă puţină făină de grâu, amestecând tot timpul cu o spatulă, până când compoziţia ajunge la consistenţa unui unguent. Aceasta, se pune peste ulcere, de 2 ori pe zi, câte 3-4 ore.

Varice

- Se pun într-un vas nuci verzi până la jumătate, apoi se umple vasul cu ulei de măsline. Totul se lasă la macerat, la soare, 40 de zile.

Se ung zonele cu varice cu acest ulei.

- Se aplică pe varice plămân de porc tăiat în felii. Se face un pansament şi se păstrează toată noaptea. Se repetă 10 seri la rând.

Arterită obliterantă

● Se prepară tinctura de spânz.

Se introduce într-o sticlă de culoare albastră, rădăcină de spânz rasă peste care se toarnă alcool de 60° şi se lasă la macerat 30 zile. La o parte de spânz se adaugă 6 părţi alcool. Se foloseşte extern în comprese sau în masaje uşoare. După folosire spălaţi-vă bine mâinile, tinctura este foarte toxică.

● Se pun la macerat timp de 14 zile în 750 ml alcool de secară (sau alcool de 38-40°) următoarele: 10 g aloe frunze zdrobite, 5 g răşină de brad, 2 g şofran, 10 g flori de salcâm, 10 g foi de dafin, 10 g troscat, 10 g gențiană, 10 g frunze de frasin, 5 g fenicul, 5 g rădăcină de scaiete, 10 g angelică, 10 g boabe de ienupăr pisate.

Sticla se pune aproape de o sursă de căldură şi se agită zilnic. După 14 zile se strecoară şi se pune în sticluțe mici de culoare închisă.

Se ia câte o linguriță de 3 ori/zi înaintea meselor principale cu 15-20 minute.

Se ține regim fără carne de porc, grăsimi, alcool, cafea, tutun, oțet, zahăr, pâine albă.

Fragilitate vasculară

Se consumă câte o farfurioară/zi de boabe de secară pisate şi fierte, timp de 10 zile la rând.

Curățarea venelor şi arterelor de depuneri

Într-un litru de vin alb natural se pun la macerat 4-5 cepe roşii (aprox. 500 g) tocate mărunt.

Separat se fierb la foc mic într-un litru de vin alb 250 g rădăcină de pătrunjel şi 2 legături de frunze de pătrunjel până lichidul scade la 500 g.

Se strecoară ambele preparate şi se amestecă. Se adaugă 150 ml miere. Se astupă bine recipientul şi se lasă la macerat 7 zile, agitându-se de câteva ori/zi.

După o săptămână se strecoară din nou. Se păstrează la rece. Se consumă câte o lingură de 3 ori/zi cu o jumătate de oră înainte de mesele principale.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Ateroscleroză

Se ia zilnic 1 lingură ulei de nucă (se procură de la plafar).

Curățarea sângelui

- Se consumă leurdă în fiecare zi în salată timp de 2-3 săptămâni.

- Se iau câte 30 picături de tinctură de nuci verzi de 2 ori/zi în câte un pahar cu apă sau ceai, dimineața și seara înainte de masă.

- Se bea ceai de păpădie, 4 căni / zi.

- Una din mesele de peste zi să fie numai o salată de crudități, cel puțin 3 săptămâni.

- Se face cura anuală cu urzici.

APARATUL LOCOMOTOR
(OASE, REUMATISM)

Artroză

● Se beau 4 căni/zi dintr-un decoct de coajă de salcie. Se fierb 2 linguri de coajă de salcie la o cană cu apă, 15 minute.

- Se fierb 150 g de rădăcină de ţelină într-un litru de apă, timp de 20 de minute. Se bea câte o cană/zi din acest decoct.

- Se înghit 2 căţei mici de usturoi/zi dimineaţa pe stomacul gol, timp de 3 luni.

● Se face o tinctură din 6 plante, în părţi egale: coada şoricelului, cimbrişor, ienupăr, coajă de salcie, lavandă, păpădie.

Se umple o sticlă cu plante peste care se toarnă alcool de 40 de grade. Se lasă la macerat 14 zile, la temperatura camerei. Se filtrează şi se îmbuteliază în sticle mai mici, de culoare închisă.

Se iau câte 40 de picături, de 2 ori/zi, între mese, într-o lingură cu apă.

● Se aplică o pastă obţinută din usturoi pisat amestecat cu apă, pe zona afectată.

● Se amestecă 3 linguri de troscot cu 2 linguri de frunze de mesteacăn şi 2 linguri de fructe de măceş. Se pune amestecul într-un termos şi se toarnă deasupra un pahar de apă fiartă. Se lasă peste noapte, iar a doua zi se adaugă în infuzie 2 linguriţe de sare. Se înmoaie o cârpă curată de bumbac în această infuzie, se stoarce şi se aplică pe locul bolnav. Se acoperă cu ceva gros şi se menţine câteva ore după care se repetă procedura.

Tratamentul se face până la dispariţia bolii.

● Se iau paie de ovăz, se toarnă o cantitate corespunzătoare de

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

apă şi se fierbe 30 minute la foc mic.

Se aplică cataplasme călduțe.

● Se toarnă ulei de masline peste frunze tinere de nuc şi se lasă timp de 3-4 ore, după care se aplică frunzele în 3-4 straturi pe locul bolnav.

● Se aplică pe locul bolnav cataplasme cu ceapă tocată sau usturoi pisat.

Artroză, spondiloză

● Se face o cremă pentru masat locurile dureroase. Se pun la macerat frunze măcinate de dafin în apă rece 24 de ore. Se strecoară şi se adaugă o cantitate dublă de osânză de porc. Se pun la fiert în „bain-marie" 4 ore. Se strecoară prin tifon şi se păstrează la rece.

● Se pun comprese cu bitter suedez.

● Se consumă zilnic 1 şi 1/2 litru de ceai de coada calului + urzică, în fiecare cană de ceai se pune câte o lingură de bitter suedez.

● Se face cură cu tinctură de urzică timp de 5-6 luni, câte 10 picături într-o cană de ceai, de 3 ori/zi.

● Se pun comprese cu frunze de varză zdrobite, în 2-3 straturi, de seara până dimineața.

Lombosciatica

● Se consumă zilnic, timp de 6 luni câte 5 linguri de grâu încolțit sub formă de terci + o linguriță de miere + o jumătate de linguriță de drojdie de bere.

- Se fac frecții cu o jumătate de ceapă pe locurile dureroase.

- Se beau 2-3 căni/zi de infuzie de soc (2 linguriţe la o cană de apă clocotită).

- Se pun cataplasme cu hrean ras amestecat cu puțină apă şi făină integrală.

- Se fac frecții cu ulei de ienupăr.

Ciocuri pe coloană

- Alifia de sânziene: 20 g plantă uscată, bine mărunțită se pun la macerat timp de 12 ore în 30 ml spirt sanitar, într-un borcan închis ermetic. Se adaugă 200 ml ulei de măsline şi se ține în „bain marie" timp de 3 ore, agitând vasul din când în când. Se lasă în repaus 3 zile, după care se filtrează. După filtrare, se pune într-un vas pe foc şi se adaugă 50 g ceară de albine, amestecându-se continuu până se topeşte. După răcire, se păstrează la rece. Se fac fricționări de-a lungul coloanei vertebrale în fiecare seară.

- Tinctură din: 70 g mărul lupului, 10 g jojoba, 10 g tătănească, 10 g cimbru. Peste aceste plante, într-un borcan, se adaugă 500 ml spirt sanitar. Borcanul se închide ermetic şi se lasă la macerat 15 zile, agitându-se din când în când. Se filtrează şi se păstrează în sticle de culoare închisă. Cu această tinctură se pun comprese pe zona afectată, ținându-se de seara până dimineața.

Osteoporoză

- Se amestecă 3 vârfuri de cuțit de piper negru cu un pahar de sare grunjoasă şi 1/2 litru de coniac. Se lasă la macerat 5 zile. Se pun apoi comprese cu această soluție pe locurile dureroase.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● Se ia câte o linguriță de tinctură de mărar diluată într-o jumătate de pahar cu apă de 3-4 ori/zi, minim 6 luni.

Tinctura se prepară din 20 de linguri de semințe de mărar care se amestecă cu 1/2 litru alcool alimentar de 70° şi se lasă la macerat 8 zile, după care se filtrează. Se păstrează în sticluțe mici, închise la culoare.

Boli ale articulațiilor

● Cataplasme cu un strat gros de argilă timp de o oră, de 3-4 ori/ zi.

● Cataplasme cu terci din cartofi cruzi, ceapă tăiată mărunt şi semințe de in fierte, câte o oră, de 3-4 ori/zi.

● Cataplasme cu muştar: se face o pastă ca un aluat din făină de muştar negru amestecată cu apă călduță.

● Băi de sare, 2 kg sare grunjoasă în cada de baie, timp de 20 minute.

Dureri articulare

Se amestecă 50 g de tămâie pulbere cu 50 ml oțet de mere. Se îmbibă o bucată de vată cu acest amestec şi se aplică pe locul bolnav. Procedura se repetă 3 seri la rând.

Dureri de spate

Se unge spatele bolnav cu miere de albine, apoi se masează energic, până la resorbția mierii. Procedura se repetă zilnic, până la dispariția durerii.

Gonartroză

Într-o sticlă de 1 litru cu gura largă, se introduc următoarele componente: boabe de tuia (arbore ornamental din familia bradului, care creşte în parcuri şi face nişte fructe verzi şi rotunde, cărnoase şi brobonate, cu miros puternic de răşină), sare grunjoasă şi spirt. Mai întâi se umple jumătate de sticlă cu boabe de tuia, peste care se pune sare grunjoasă ce trebuie să ocupe cealaltă jumătate a recipientului. Deasupra, se toarnă 1/2 litru spirt medicinal. Amestecul se păstrează la loc întunecos şi răcoros, timp de 4 săptămâni, timp în care sticla se agită zilnic. Se formează o soluţie consistentă, care se aplică pe genunchi, sub formă de comprese, în fiecare dimineaţă şi seară, cel puţin 2 ore, până se termină sticla. Se face pauză o săptămână, apoi se repetă.

ORGANELE DE SIMȚ
(GURA, NASUL, OCHII, URECHEA, PIELEA)

Alopecie

● Se rade fin o bucată de rădăcină proaspătă de ghimbir şi se încălzeşte uşor. Se întinde pe cap şi se acoperă cu o bonetă timp de 30 de minute, după care se spală. Se repetă procedeul zilnic.

● Se face suc din ghimbir. Se adaugă alcool de 70°: o parte suc la 10 părți alcool.

Se înmoaie un tampon de vată în soluție şi se masează locul. După o jumătate de oră, capul se clăteşte cu apă călduță.

Miopie

Se prepară o infuzie (10 min) dintr-o linguriță de frunze de corn la o ceaşcă (150 ml) apă clocotită.

Se strecoară lichidul, se răceşte şi se înmoaie în el un tifon sterilizat. Fără a-l stoarce se pune pe ochi timp de 20-30 minute şi se clipeşte din pleoape din când în când pentru ca lichidul să pătrundă înăuntru. Compresa se aplică alternativ 3 zile da şi 3 zile nu.

Tratamentul se face 18 zile şi se poate relua după o lună.

În această perioadă nu stați în camere cu lumini fluorescente şi nu vă uitați la televizor.

Dacă se observă o îmbunătățire a vederii nu mai purtați ochelari.

Blefarită

Se clătesc zilnic ochii cu suc proaspăt de morcovi.

Oftalmie

Se fierb 100 g frunze de viță-de-vie în 300 ml apă, timp de 15 minute. După răcire, se strecoară.

Se fac spălături, de 3 ori/zi înmuind un tampon de vată în acest preparat. Acest ceai nu trebuie păstrat mai mult de 24 de ore.

Cataractă

- Se pune câte o picătură de suc de pin în ochiul bolnav timp de 10-15 zile.

- În fiecare zi, timp de o lună se mănâncă 3 morcovi cruzi dimineața pe stomacul gol.

- Se bea zilnic 1 litru de suc proaspăt din morcovi, pătrunjel și țelină dimineața pe stomacul gol, de preferat între orele 7.00-11.00. Se poate mânca după ora 12.00.

- Se face un amestec din: 20 g silur, 20 g valeriană, 20 g mușețel, 10 g verbină și 30 g flori de soc. Se opăresc 5 linguri din acest amestec în 1/2 litru de vin alb. Aburul este lăsat să acționeze asupra ochilor închiși.

Conjunctivită

Timp de 2 săptămâni se pun comprese calde cu ceai de albăstrele și concomitent se aplică, seara și dimineața, pe gene o peliculă subțire de ulei de ricin.

Otită

- local se pun săculețe calde cu sare sau mălai;

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● propolis în soluția alcoolică de 30°; se îmbibă o meșă de tifon și se pune seara în ureche;

● bitter suedez combinat cu ulei cald de cimbru;

Se picură 1-2 picături de ulei cald de cimbru în ureche, apoi după un minut bitterul suedez tot 1-2 picături.

Hipoacuzie

● Se introduce în ureche un tampon de vată subțire și lung îmbibat în ulei de ricin (tamponul trebuie să ajungă cât mai aproape de timpan). Se ține de seara până dimineața. Rezultatul se va simți după primele 4-5 zile.

● Se pune câte o picătură de suc de usturoi în ureche, de 3 ori/ săptămână. Pe măsură ce starea sa se ameliorează, se folosește o dată la o săptămână.

Rinită alergică

Un bețișor de ureche se înmoaie în ulei de măsline presat la rece și se introduce foarte adînc în nas, cât să nu deranjeze.

După suflatul nasului, se șterg din nou ambele nări.

Sinuzită

● Se prepară o cocă din: 1 lingură făină, 1 lingură oțet de mere, 1 lingură hrean ras. Coca se împarte în două și se presează cât să ajungă la mărimea unei monede de 100 lei.

O "monedă" de cocă se pune între sprâncene și a doua, deasupra primei, pe mijlocul frunții. După 15-20 minute, se mută cele 2 bucăți de cocă pe frunte deasupra mijlocului sprâncenelor, unde se lasă alte 15-20 minute. Se procedează în continuare la fel punându-se în același

timp pe: tâmple, deasupra nărilor, pe obraji, pe urechi - în partea din față, pe piele - în spatele urechilor, la baza craniului.

Se repetă procedura în fiecare zi, cel puțin 7 zile la rând.

- Se pisează o căpățână de usturoi peste care se toarnă un pahar cu apă şi se lasă 1/2 oră. Se strecoară. Se pun câte 10 picături în fiecare nară, o dată pe zi.

- Inhalații cu muşeţel.

- Masaj zilnic a frunții, tâmplelor, nasului cu ulei de muştar.

- Se consumă hrean ras cu suc de lămâie câte o linguriță de 2 ori/zi dimineața şi seara, după care, timp de 30 de minute nu se mănâncă şi nu se bea nimic. Tratamentul se poate face până la 1 an.

- Laptele şi produsele lactate se exclud din alimentația bolnavilor de sinuzită.

- Se prepară un ceai din: cimbru, ienupăr, muguri de pin, coada şoricelului, tătănească, muşeţel, salvie în părți egale. Se face infuzie dintr-o lingură de amestec la 250 ml apă. Se lasă 3 minute. Se beau 3 căni/zi - ceaiul va fi călduț şi îndulcit cu miere.

- Se mestecă zilnic o lingură de căpăceală de miere de albine.

- Extern, se pun cataplasme din cartofi cruzi dați pe răzătoarea mare.

Dopuri de ceară în urechi

Într-o ceapă se face o scobitură în care se pune o linguriță de semințe de chimen. Se acoperă cu altă bucată de ceapă şi se bagă în

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

cuptorul încins, 10 minute. Se scoate ceapa fierbinte şi se stoarce sucul.

Se pun în ureche câteva picături din acest suc şi se acoperă cu un tampon de vată. Se repetă, de 2 ori/zi, până la dispariţia dopului.

Micoză în urechi

Se şterg urechile cu beţişoare de urechi cu gaz dublu distilat, de 2 ori/zi.

Escară

- Se face o pastă dintr-o linguriţă de făină de seminţe de in, un gălbenuş de ou de ţară şi o linguriţă de ulei de măsline presat la rece. Se aplică pe escară.

Se şterg marginile escarei cu suc (sau ceai concentrat) de pătlagină.

Se schimbă din 8 în 8 ore.

Această pastă se poate aplica şi pe furuncule.

- Se pune pe zona afectată o cataplasmă cu usturoi ras pe răzătoarea mică şi ulei de măsline. Se lasă 2 zile. Apoi se unge cu alifie de tătănească, timp de o săptămână.

Infecţii ale unghiilor, furuncule, arsuri, tăieturi

Se face o alifie din ceară de albine şi ulei de floarea soarelui presat la rece, topite şi amestecate în "bain-marie". Cicatrizarea şi vindecarea sunt rapide.

Psoriazis

● Se prepară un unguent din: 1 litru de ulei din germeni de porumb sau 1 litru de ulei de măsline presat la rece, 50 ml alcool 48-50°, 500 g ceară de albine, 50 g rădăcină de brusture şi 50 g de flori de arnică.

Se râşnesc florile de arnică şi rădăcina de brusture.

Peste pulberile de plante, se toarnă 50 ml alcool şi se lasă 10 minute. Peste acestea, se toarnă uleiul şi se fierbe întregul amestec în "bain-marie", timp de 3 ore. Se îndepărtează amestecul de pe foc şi se lasă 12 ore, după care, încălzindu-l din nou, se stoarce printr-o pânză deasă. Uleiul astfel obţinut se pune într-o sticlă, la frigider, lăsându-l la decantat până a doua zi. Se strecoară din nou uleiul, se pune la fiert în "bain-marie" adăugându-se ceara de albine, până când aceasta se topeşte. După aceea, se ia preparatul de pe foc şi se amestecă, cu o spatulă de lemn, până la răcire, pentru a nu se solidifica în straturi. Se toarnă în cutiuţe mici care se ţin la rece.

După fiecare baie vă ungeţi corpul cu această alifie.

Dacă unguentul a ieşit prea tare, se mai adaugă ulei, dacă e prea moale, se mai adaugă ceară.

Pentru a fi şi mai eficient, se mai poate adăuga odată cu ceara 50 g răşină de brad sau propolis brut.

● Cremă din 50 g osânză de porc + 5 g suc proaspăt de rostopască, sau

● Cremă din 50 g osânză de porc + 5 g suc proaspăt de nalbă.

● Se fac băi cu ceai de coada-calului, nalbă, cimbru şi pelin.

● Se spală zonele afectate cu ceai de pelin şi se ung cu ulei de seminţe de in presat la rece sau ulei de ricin.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● Intern: regim lacto-vegetarian.

● Extern: băi cu zer de lapte sau, în locurile unde există răni mai adânci se pun cataplasme cu brânză proaspătă (nesărată) care se țin de la 6 ore până la 2 zile. Acest tratament face să dispară toate rănile, lăsând pielea elastică şi fără cicatrice.

Zerul se obține dintr-un litru de lapte nefiert în care se pune sucul de la o jumătate de lămâie. Se lasă 24 de ore, apoi, se strecoară. În circa 30 de zile dispar toate rănile psoriazice. Rănile localizate pe cap, se vor unge cu ulei de ricin sau ulei de semințe de in.

● Se prepară un unguent din untură de porc netopită (apăsată cu o lingură până când devine ca o pastă) şi tot atâta pucioasă (sulf). Pasta astfel preparată se ține la întuneric.

Se face apoi un ceai: 2 linguri de mărul-lupului la o cană cu apă se fierb 10 minute, apoi se strecoară.

În fiecare seară se spală locul bolnav cu acest ceai călduț, apoi după ce pielea se zvântă puțin, se unge cu unguentul cu sulf.

Tratamentul se face până la vindecarea totală.

În timpul tratamentului nu spălați cu săpun partea afectată de psoriazis.

● Se unge cu ulei de semințe de in zona afectată.

● Alifie preparată din: suc de rostopască 5 g sau suc proaspăt de nalbă 5 g, amestecat cu 50 g osânză de porc. Cu aceasta se vor unge de 2-3 ori/zi zonele afectate.

● Se ung zonele afectate de 2-3 ori/zi cu urina proaspătă a persoanei bolnave timp de 10-15 zile. După o pauză de 10 zile se poate relua procedura.

● Se scoate din alimentație obligatoriu cartoful.

- Se consumă infuzie de tătăneasă o cană/zi.

- Se consumă infuzie de rostopască o linguriță la 250 ml apă clocotită. Se ia câte o lingură din 3 în 3 ore.

- Se fac băi de cimbru, pelin, soc, busuioc, pătlagină, gălbenele, urzică, cicoare, mesteacăn, coada racului.

- Se face cura internă cu ulei de semințe de in timp de 21 de zile câte 7 linguri/zi, apoi doza de întreținere: 2 linguri/zi.

- Baie generală cu sare grunjoasă în fiecare seară.

- Plăgile se spală de 2-3 ori/zi cu infuzie de gălbenele și se ung cu o alifie preparată din: câțiva cățel de usturoi proaspeți, curățați de coajă și zdrobiți, amestecați cu puțin ulei de susan până se obține o pastă omogenă. Acest tratament stopează evoluția bolii și plăgile încep să se restrângă.

- <u>Ceai pentru psoriazis</u>

Se face un amestec în părți egale din: cimbrișor, coada calului, gălbenele, trei frați pătați, urzică.

Se face infuzie dintr-o linguriță la o cană (250 ml) apă, 10 minute. Se bea 1 și 1/2 ceai/zi.

- <u>Ceai pentru tratamentul extern al psoriazisului</u>

Se face un amestec din: 40 g coajă de salcie, 40 g scoarță de stejar, 20 g semințe de in, 20 g flori de arnică, 20 g flori de gălbenele, 20 g flori de ventrilică, 20 g flori de lumânărică, 20 g rădăcină de scai, 20 g fructe de ienupăr.

Se pune o lingură de amestec în 300 ml apă clocotită. Se lasă 15 minute la infuzat. Se strecoară. Se înmoaie bucăți de tifon în infuzia călduță, se storc și se aplică pe zonele afectate. Compresele se schimbă o dată la 30 minute.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Boli de piele grave, psoriazis, acnee

Timp de 30 de zile se ia tinctură din boabe de soc. În prima zi se ia o linguriță diluată în jumătate de pahar cu apă dimineața pe stomacul gol. În a doua zi, se iau 2 linguriţe,....., până în a şaptea zi când se iau 7 linguriţe şi se menţine această doză până în a 30-a zi.

Prepararea tincturii: se stoarce un suc din fructele de soc neajunse complet la maturitate (au culoare roşie spre violet). Sucul se combină în proporţie de 1:1 cu alcool alimentar de 90°, apoi se pune în sticle mici închise la culoare.

Preparatul are acţiune de dezintoxicare extrem de puternică, favorizând vindecarea acestor boli.

Lupus eritomatos şi tuberculos

Este o boală autoimună, de piele.

Se fierbe în 3 litri de apă timp de 30 de minute următorul amestec: rostopască 5 g, mărul-lupului 3 g, gălbenele 70 g, plop negru 40 g.

Cu el se fac spălături locale şi se pun comprese de 3 ori/zi.

Pentru consumul intern, se fierbe un amestec 30 minute într-un litru şi jumătate de apă din: rostopască 3 g, mărul-lupului 1 g, gălbenele 10 g, plop negru 21 g.

Se beau câte 50 ml de ceai, de 3 ori/zi, înaintea meselor cu 30 de minute.

Acnee juvenilă

Se consumă 1 litru ceai de urzică/zi.

Dimineaţa şi seara se aplică pe faţa umezită oţet de hrean şi se lasă să-şi facă efectul 10 minute. Se clăteşte apoi faţa cu apă călduţă.

Prepararea oţetului de hrean: se introduce hrean ras într-o sticlă şi se toarnă peste el oţet de fructe. Se lasă 10 zile la temperatura camerei. Se strecoară şi se păstrează la rece.

Eczeme

● Comprese locale cu apă de mare (apă în care s-a dizolvat sare de mare) sau cataplasme reci cu suc de cartofi.

Se beau 3 căni de infuzie de trei-frați-pătați (o linguriță de plantă la o cană de apă clocotită, infuzat 10 minute).

● Se face o pastă din frunze proaspete de busuioc şi puțin ulei de măsline presat la rece. Se aplică pe zona afectată.

● Se face o pastă din scorțişoară şi suc de lămâie şi se pune zilnic pe locul afectat.

Eczeme, herpes şi arsuri

Se foloseşte „ulei de gălbenuş de ou".

Se iau gălbenuşurile de la câteva ouă fierte tari, se înțeapă cu o sârmuliță şi se țin deasupra unei flăcări de lumânare. La suprafața gălbenuşurilor apar nişte picături. Acestea sunt folosite ca „ulei" pentru ungerea locurilor afectate. Se aplică seara la culcare.

Ciupercă pe tălpi

Timp de 10 zile se pune pe suprafață afectată puțină vată înmuiată în albuş de ou. Este de preferat să se stea cu ea toată noaptea. Ciuperca se va sufoca şi pielea se va vindeca frumos.

Micoză la unghii

● Se face o cafea tare şi se înmoaie degetele bolnave în mod repetat de 5-10 ori/zi câte 10 minute.

● Se bagă degetele într-un vas cu oțet diluat 1:1 cu apă, dimineața, prânz şi seara câte 1/2 oră.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● Seara la culcare se pune o vată cu oțet pe unghiile bolnave înfăşurându-le în plastic. Dimineața se râcâie partea moartă a unghiei. Se repetă până la vindecare. Într-o lună cresc unghii sănătoase.

Herpes, bube dulci

Se ung locurile afectate cu muguri de plop fierți în untură (osânză)şi ceară de albine.

Se unge cu albuş de ou bătut spumă locul afectat de 5-7 ori/zi şi herpesul dispare.

Bube dulci

Morcov copt şi sfărâmat se aplică pe bube.

Zona Zoster

Se topesc într-un vas 100 g ceară curată de albine, 50 ml ulei de măsline, 25 g răşină de brad şi 250 g unt, uleiul se adaugă la final.

Compoziția se strecoară, apoi se amestecă cu o spatulă de lemn până la răcire. Crema se păstrează la rece în recipiente de sticlă.

Se foloseşte de 3 ori/zi punându-se un strat subțire pe locurile afectate de boală. Intern se iau 20 picături de tinctură de propolis diluată, de 3 ori/zi înainte de masă.

Vitiligo

● Cu tinctura de țelină se ung zonele depigmentate. Ea se prepară prin macerare timp de 10 zile a frunzelor şi rădăcinii rase de țelină în palincă.

● Suc de țelină crudă: 100 ml la prânz şi 100 ml seara, cu 1/2 oră înainte de culcare.

● La 1 litru de apă clocotită se pun la infuzat: 10 g sunătoare, 10 g muşeţel, 10 g pătlagină, 10 g şovârv, 10 g gălbenele, 10 g urzică. Se bea pe parcursul zilei. Tratamentul este de durată.

Se ţine regim lacto-vegetarian.

Se consumă cătină (uscată sau ulei de cătină).

Pistrui

● Se tamponează pistruii cu suc de pătrunjel

● În 2-3 linguri de ulei de măsline se fierb câteva frunze de spanac, bine mărunţite, până se înmoaie.

Se aplică sub formă de mască pe faţă timp de 30 de minute.

Bătături

● O ceapă tăiată în două se coace pe o tablă la flacăra de aragaz, apoi se stropeşte cu oţet (preferabil de mere). Se aplică pe bătătură, se fixează cu un pansament şi se ţine timp de 12 ore.

● Se unge bătătura cu ulei de ricin, după care se aplică un pansament cu propolis topit la foc.

● Se pune seara pe bătătură un pansament cu coajă de lămâie pe care a rămas şi puţin miez.

Panariţiu

● Se pune frunză de aloe tăiată şi se leagă degetul.

● Se pune zahăr pudră pe locul cu puroi. Zahărul absoarbe secreţiile şi distruge mediul prielnic înmulţirii microbilor.

● Se îmbibă în tinctură de propolis o compresă şi se pune pe

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

locul bolnav, apoi se înveleşte cu o folie de plastic.

Negi plantari

- Se ung cu ulei de ricin.
- Se masează cu sare de bucătărie.
- Se masează cu coajă verde de nucă.
- Se tamponează cu tinctură de rostopască.

Negi pe limbă şi amigdale

Gargară şi spălături bucale de 3 ori/zi timp de 15-20 minute, fiecare repriză se face dintr-un amestec de: 5 ml tinctură de propolis cu 5 ml infuzie de gălbenele.

Tratamentul durează 21 de zile.

De 2 ori/zi timp de 45 de minute se ține în gură ulei de ricin. Se continuă tratamentul până la dispariția totală a formațiunii.

Pecingine

Se unge zona afectată cu suc proaspăt de nucă verde.

Răni, arsuri, acnee

Se prepară o alifie din: gălbenele 50 g, pătlagină 50 g, pelin 25 g, rădăcină de tătănească 25 g. Plantele se fierb în osânză de porc 15 minute. Se lasă să stea o zi preparatul, iar a doua zi se încălzeşte în „bain-marie" şi se strecoară şi se păstrează la rece. Se ung zonele afectate.

Arsuri

- Se ung zonele afectate cu ulei de usturoi (se procură de la Plafar capsule cu ulei de usturoi).

- La arsură proaspătă se pune lapte acru.

- Se unge cu albuş de ou sau unt proaspăt.

- Se unge cu ulei de măsline şi apă de var.

- Se râşnesc boabe de fasole pestriţă; praful se pune pe arsură, după ce a fost spălată cu ceai din mătase de porumb.

- Se unge cu untură (rece).

- Se unge cu o alifie din unt cu gălbenuş de ou.

- Se pune drojdie de bere pe arsură.

Răni cu puroi

Se spală locul afectat cu decoct concentrat de pelin.

Cangrenă

Se împachetează piciorul într-o pungă cu miere.
Plăgile deschise şi erizipelul se ung cu miere.
Mierea trebuie să fie pură şi neprocesată la căldură.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Sângerări ale gingiilor

Se face o infuzie concentrată dintr-o linguriță de scorțișoară la o cană de apă clocotită, timp de 15 minute. Se fac clătiri ale gurii de 2-3 ori/zi.

Paradontoză

- Se face un amestec de plante în părți egale din: mușețel, salvie, coada-calului, turiță mare. Se infuzează 10 minute o linguriță din amestecul de plante la 200 ml apă. Se strecoară și se pune o lingură de tinctură de nuci verzi. Se clătește gura prelung și se aruncă.

Se vor lua de 3 ori/zi câte 40 de picături (o linguriță) de tinctură de propolis. Se țin în gură 5-10 minute, apoi se înghit.

- Se sug 4-6 tablete/zi de PROPOSEPT (preparat apicol).

- Se vor mesteca zilnic 4-5 g de propolis, care se vor înghiți ulterior până la vindecare.

- Se mestecă zilnic rădăcină de hrean.

GLANDELE ENDOCRINE
(METABOLISM, PANCREAS)

Tonic general

Se umple o sticlă de 0,5 litri cu usturoi pisat peste care se adaugă alcool. Se păstrează preparatul două săptămâni la căldură, după care se strecoară.

Doza: o dată/zi, înainte de masă începând cu 2 picături şi adăugând în fiecare zi câte o picătură până se ajunge la 25 de picături. Apoi se micşorează doza descrescând în fiecare zi cu o picătură până se ajunge la 0 picături. Tratamentul se face de 2 ori/an.

Tonic general şi îmbunătăţirea circulaţiei sangvine

Se face un suc (mixat) din 2 morcovi mari, 2 căţei de usturoi şi o rădăcină de pătrunjel. Se bea în fiecare dimineaţă pe stomacul gol timp de 10 zile.

Tonic pentru sistemul imunitar şi pentru întărirea memoriei

Se pun într-un borcan de 800 g: 1/2 kg miere, 100 g sâmburi de nucă mărunţiţi şi 3 linguri de polen. Se lasă borcanul la întuneric 7 zile.

Se ia câte o linguriţă de 3 ori/zi după fiecare masă.

Diabet

- Se amestecă 500 ml suc de ceapă cu 500 ml alcool etilic (96°). Se administrează câte o lingură/zi, timp de o lună cu pauză de 10 zile, după care se poate relua.

- 4 coceni roşii de porumb se fierb în 2 litri de apă până rămâne

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

un litru. Această cantitate se bea pe parcursul zilei, timp de 21 de zile.

● În 2 litri de vin alb sec se fierbe 1 kg de praz tăiat bucăți (doar partea albă). Se fierbe la foc mic până scade la jumătate. Se filtrează și se bea în fiecare dimineață, pe stomacul gol, câte un pahar.

● Se iau o linguriță tinctură de brusture și o linguriță tinctură de păpădie în 100 ml apă, de 4 ori/zi, timp de 21 de zile.

● Infuzie din următorul amestec: 4 linguri coacăze negre, 3 linguri frunze de mesteacăn, 3 linguri fumăriță și 3 linguri de eucalipt.

O linguriță de amestec se opărește în 200 ml apă și se infuzează 3 minute. Se bea dimineața pe stomacul gol.

● Decoct 5 minute la 200 ml apă din: 3 linguri sclipeți, 2 linguri teci de fasole. Se bea cantitatea pe parcursul unei zile.

● Se bea zilnic, pe stomacul gol, timp de 10 zile sucul de la 3 cartofi cruzi. Se face o pauză de 20 de zile, apoi tratamentul se reia.

În zilele de pauză, se consumă sucurile următoare alternativ, o zi unul, o zi altul:

- 750 ml suc de morcov + măr
- 750 ml suc de morcov + varză

Diabet, gută, reumatism pietre și nisip renal

60 g păstăi (teci) de fasole fierte într-un litru de apă timp de 4 ore, la foc mic. Se filtrează și se pune la rece 8 ore.

Se bea câte un pahar (150 ml) din 2 în 2 ore, pe parcursul zilei. Doza este pentru o zi.

Tratamentul se face 3-4 săptămâni.

Se păstrează dieta diabetică strictă.

Se controlează nivelul zahărului din sânge.

Pancreatită

Se pune o linguriță de rădăcină de obligeană sfărâmată în 1/4 litru de apă rece şi se lasă de seara până dimineața. Conținutul se încălzeşte dimineața în „bain-marie", se strecoară şi se bea câte o înghițitură înainte şi după mese. O cură durează 3 săptămâni, după care se face pauză 10 zile şi se poate relua.

Principalul element chimic al pancreasului este potasiul, deci, se recomandă consumul de legume bogate în potasiu: țelină, pătrunjel, dovleac, fasole verde - sub formă de supe sau piureuri.

Hipertiroidie

- Se iau 3 linguriţe de pulbere de ghimpe/zi, în cure de 3 săptămâni, cu 10 zile pauză.

Iarba de ghimpe este un reglator natural al activității tiroidiene, fiind folosită şi pentru tratarea nodulilor şi cancerului la tiroidă.

- Se fierb 20 g de troscot în 1/2 litru apă până scade la jumătate. Se filtrează. Se beau 2 căni pe zi.

Hipotiroidie

- Se face infuzie, 15 minute, dintr-o lingură de sânziene şi o lingură de păducel, la o cană de apă clocotită.

Se beau 5 căni/zi. În fiecare cană se pune câte o linguriță de bitter suedez.

- Se face cura cu argilă din 4 linguri la 400 ml apă, zilnic, timp de 21 de zile, pauză 14 zile, apoi se reia.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Noduli tiroidieni

Se râşnesc şi se amestecă următoarele plante: drăgaică (sânziene) — 4 părţi; coada-calului — 4 părţi; gălbenele — 2 părţi; traista ciobanului — 2 părţi; salvie — 2 părţi; ciuboţica cucului — 3 părţi; urzică — 2 părţi şi tătăneasă 3 părţi.

Se ia sublingual, câte o linguriţă de pulbere, de 4 ori/zi, se ţine 5 minute, după care se înghite cu o cană de ceai din acelaşi amestec, timp de 3 luni.

Apoi, încă 3 luni se foloseşte ceaiul din amestecul de mai sus, din care se beau 4 căni/zi.

Regenerare celulară

Se face un amestec în părţi egale (câte o linguriţă) din scorţişoară, nucşoară şi frunze de dafin uscate. Se pune amestecul într-o cană cu apă fierbinte şi se infuzează 20 minute. Se strecoară. Conţinutul se împarte în două şi se bea jumătate de cană dimineaţa, şi jumătate de cană după-amiaza.

Spasmofilie

Se pune la fiert o cană de grâu în 4 căni de apă. Se fierbe până rămâne o cană de apă. Se consumă apa, dimineaţa pe stomacul gol. Boabele fierte de grâu se consumă în restul zilei, amestecate cu mere sau nuci. Tratamentul se face 7 zile (la rând), pe lună.

Scăderea colesterolului

De 3 ori/zi se înghite câte o linguriţă de boabe de muştar cu 30 minute înainte de masă. După 3 săptămâni, colesterolul ajunge la limita normală, iar după 3 luni se normalizează lipidele. Acest tratament cu seminţe de muştar, este foarte bun şi în tratarea ulcerului gastric.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Hipocalcemie

● Se consumă zilnic 1 litru de suc din: 750 ml suc de gulioară + 250 ml suc de morcov, dimineața pe stomacul gol, într-un interval de 2 ore. După terminarea de ingerat a sucului, pentru ca el să se asimileze bine, timp de o oră nu se consumă nimic.

● Se face cură cu argilă timp de 3 luni.

● Se beau ceaiuri simple sau combinate în părți egale din: cătină, măceşe, zmeurură, coada-calului.

● Se face o cură cu grâu încolțit 4-5 linguri/zi, cel puțin 3 luni.

● Se consumă zilnic o salată de cruditățI din: rădăcină de țelină, morcov, puțin măr, puțină zeamă de lămâie, o legătură de pătrunjel la care se adaugă două linguri de orez fiert. Salata nu se consumă cu pâine.

APARATUL RESPIRATOR

Astm

● Se mestecă câte o frunzuliță de vâsc proaspăt de 3 ori/zi sau o linguriță de praf de vâsc se ține sub limbă 15 minute, după care se înghite cu o cană de apă, o dată/zi. Ştiințific, s-a constatat că frunzele vâscului fluidizează secrețiile bronşice, calmează spasmele şi măresc rezistența la factorii de stres care conduc la declanşarea crizelor astmatice.

● Se fierb: o mână de tulpini verzi de isop şi 2 căței de usturoi curățați şi tocați într-un litru de apă, la foc mic, timp de 20 de minute.
Cantitatea întreagă se bea într-o zi.
Tratamentul durează 21 de zile.

● Se opăresc 40 de căpățâni de arpagic, până se înmoaie. Se scurge apa şi se acoperă arpagicul cu 1/2 litru ulei de măsline. Se freacă până se obține o pastă, din care se ia câte o lingură dimineața şi una seara, înainte de masă.

● Se amestecă 500 g miere cu 1 litru ulei de măsline presat la rece şi un litru rachiu de struguri. Se bea din acest amestec, câte un păhărel (50-70 ml), de 3 ori/zi.

Pneumonie

● Se amestecă bine 1 kg de miere cu 300 g de mentă tăiată mărunt. Se ia de 3 ori/zi, câte o lingură, cu 20 de minute înainte de masă.

● Se pisează o nucşoară, 20 g de piper şi 50 g sămânță de in şi se amestecă cu 200 g de miere. Se ia câte o linguriță, dimineața, pe nemâncate.

Toate bolile de plămâni

Timp de 7 săptămâni se bea ceai de ovăz, în loc de apă (un litru şi jumătate pe zi). În 2 litri apă, se fierb 10 linguri de ovăz, timp de 15 minute.

TBC pulmonar

Se pun la fiert, într-un litru de apă, 5 pumni dubli de frunze verzi de pătlagină proaspete. După ce s-au înmuiat, se strivesc puţin şi se amestecă cu 2 kg de morcov ras. Când acesta este fiert bine, se adaugă 2 kg miere de albine şi se mai fierbe totul 5 minute. Când se răceşte puţin, se pune amestecul în borcane cu capac.

Primele 3 zile se iau câte 3 linguriţe/zi, apoi se iau câte 3 linguri/zi până se termină compoziţia.

Supuraţie cronică pulmonară

- Cura cu usturoi: 80 căţei de usturoi pisaţi se pun în 200 ml apă clocotită, într-un vas emailat bine acoperit. După 1 minut se ia de pe foc, se lasă acoperit să se răcească. Toată cantitatea se bea pe parcursul unei zile, câte o linguriţă din timp în timp. Se face o cură de 20 de zile. După o pauză de 10 zile se poate relua.

- Se beau 3 căni/zi de infuzie de busuioc, o linguriţă la cană.

- Se bea o cană de ceai de podbal/zi - infuzie o linguriţă la cană.

- Vin de tătănească: 5 rădăcini de tătănească proaspătă spălate şi tăiate fin se vor lăsa 5 săptămâni într-un litru de vin alb natural. Se beau câte 100 ml de 3 ori/zi cu 1/2 oră înainte de masă.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● 40 căpățâni de arpagic se opăresc cu apă fiartă (apă cât să le acopere). Se lasă la răcit cu capac, se scurge apa şi se acoperă arpagicul cu 1/2 litru ulei de măsline. Se freacă până se obține un piure, din care se ia câte o linguriță dimineața şi una seara înainte de masă.

● Tinctură de propolis: câte 40 picături de 3 ori/zi într-un pahar cu lapte cald cu o oră înaintea meselor.

Inflamații ale căilor respiratorii

Se prepară un sirop de propolis pentru: bronşite, traheobronşite, tuse, astm.

Se fierb 5 g propolis în 200 ml apă la foc mic până ce scade la jumătate. Se strecoară şi se adugă 500 g miere amestecându-se până la omogenizare.

Se iau 4-6 linguri /zi. Preparatul este valabil 2 săptămâni la frigider.

Bronşită

Se preapară un sirop contra bronşitei astmatice şi anginei pectorale.

Se pun într-un vas la macerat timp de 7 zile următoarele ingrediente: 1 kg miere, sucul de la 10 lămâi şi 10 căpățâni de usturoi date prin maşina de tocat. Se iau câte 4 linguriţe/zi.

Bronşită, gripă

Se pun într-un litru de apă coaja de la o portocală şi 4 frunze de dafin. Se lasă la macerat 4 ore, se filtrează şi se bea pe stomacul gol în mai multe reprize. Acest preparat scade febra, elimină durerile de cap şi ajută la o refacere rapidă.

Tuse

Se fierb până ce apa scade la jumătate în 300 ml apă următoarele: o lingură de chimen, o lingură floare de tei, 2 cepe mici, 6 nuci şi 2 linguri de zahăr. Se strecoară. Seara se iau câte 5 linguri, una la interval de 10 minute de cealaltă. Se repetă, dacă e cazul, a doua şi a treia zi.

Bronşită cronică, tuse, răguşeală

Se amestecă un pahar suc de ridiche neagră cu un pahar miere. Preparatul se păstrează la frigider.

Se iau 2 linguri de 3 ori/zi.

Boli de plămâni (bronşită, pneumonie, T.B.C., etc.)

Se prepară apa de sfeclă: se iau 2 borcane de 10 litri fiecare, 2 kg de sfeclă roşie curăţată, se dau pe răzătoarea mare după care se pun într-un borcan peste care se toarnă apă clocotită până se umple borcanul. Începând cu a doua zi se consumă numai acel lichid în loc de apă (1şi1/2 - 2 litri / zi). Când lichidul este pe sfârşite, pregătim cel de al doilea borcan. Tratamentul nu trebuie întrerupt 3 luni.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

APARATUL URINAR

Albuminurie

Se amestecă în cantități egale: iarbă neagră, teci de fasole şi mătase de porumb. Se infuzează 2 linguri din acest amestec, într-un litru de apă clocotiă, timp de 15 minute. Ceaiul se bea pe parcursul zilei. Prima cană este obligatoriu să fie dimineața, pe stomacul gol.

Infecție urinară

Se amestecă în părți egale: splinuță, drăgaică, urzică.

Se face infuzie din 4 linguriţe de amestec la 1 litru de apă. Se beau cele 4 căni înghiţitură cu înghiţitură într-o zi. În fiecare din ele se adaugă o linguriță de bitter suedez. Tratamentul durează 21 de zile.

Cistită

- Ceai de muguri de plop, 3 căni/zi dintr-o infuzie de 2 linguriţe la cană. Se consumă zilnic 2 linguriţe de oţet de mere diluate în ceai.

- Ceai din crenguţe de vişin. Se curăţă numai coaja de pe crenguţe şi se prepară un ceai fiert 3 minute. Se bea o cană pe zi.

- Ceai de busuioc, 2-3 căni pe zi. Se consumă călduţ.

- Ulei de coriandru: 3 picături în ceai de 2 ori/zi timp de 4 zile. Pentru crizele de colibacili se măreşte doza de ulei de coriandru la 3 reprize/zi timp de 10 zile.

- Se râşnesc separat: boabe de ienupăr, frunze de mesteacăn şi coada-şoricelului.

Se pun într-un borcan 7 linguri de pulbere de ienupăr, 5 linguri

de coada-şoricelului şi 5 linguri de mesteacăn, după care se adaugă un pahar de alcool alimentar de 90° şi jumătate de pahar de apă fiartă şi răcită. Se amestecă bine componentele, apoi borcanul se închide ermetic şi se pune la macerat 10 zile, la temperatura camerei, după care produsul se filtrează şi se trage în sticluţe mici, închise la culoare.

Se ia o linguriţă de tinctură, într-o jumătate de pahar cu apă, dimineaţa, pe stomacul gol, după care, 15 minute nu se mănâncă nimic. În cistita cronică, se ia câte o linguriţă, de 4 ori pe zi. În cistita acută, se ia câte o linguriţă, de 5 ori/zi.

Tratamentul se face cel puţin 7 zile la rând, pentru ca efectele să fie stabile.

Infecţii renale, cistite

● Tinctura de arnică: 30-50 picături în jumătate de pahar de apă, de 3 ori/zi.

O cură durează 20 de zile cu pauză 10 zile. Se reia. Se fac 3 cure succesiv.

● O zi pe săptămână se consumă numai grâu fiert şi apa în care a fiert grâul.

Timp de o săptămână se beau 3 căni din ceai de seminţe de dovleac. Se fierb 2 linguri de seminţe într-o cană cu apă, timp de 5 minute.

Litiază renală, cistită, nefrită

Se combină tinctură de pufuliţă cu flori mici cu tinctura de ghimpe, în părţi egale. Se iau câte 2 linguriţe de amestec, diluate într-un pahar de apă, de 2 ori/zi.

Tratamentul se face minim 6 săptămâni, caculii mari mărunţindu-i şi favorizând eliminarea lor.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Prostatită cronică

Se iau zilnic, 3 linguriţe cu vârf de polen, câte una înaintea fiecărei mese, ţinându-se în gură până la dizolvarea granulelor. Se consumă 2 linguri de seminţe de dovleac/zi. Se fac băi de şezut în fiecare seară cu tărâţe de grâu timp de 20 de minute. Tratamentul durează între 21 - 42 de zile.

Prostată

- Într-un pahar cu apă caldă se pune o linguriţă de suc de usturoi şi o linguriţă de ulei de măsline. Se beau 3 asemenea pahare/zi înainte de mese. Tratamentul durează cel puţin 21 de zile.

- 2 linguri de muşeţel + 2 linguri de pufuliţă cu flori mici se fierb 10 minute în 2 litri de vin alb. După răcire, se strecoară şi se adaugă 100 g miere. Se păstrează la rece. Se consumă câte 100 ml lichid dimineaţa pe stomacul gol şi 100 ml seara cu 1/2 oră înainte de cină.

Tratamentul durează un an.

- Suc din frunze de urzică proaspete, se ia câte o lingură de 3 ori/zi.

- Suc proaspăt din frunze şi rădăcină de pătrunjel: se consumă câte 150 ml/zi, dimineaţa pe stomacul gol.

- Se face cura cu drojdie de bere, timp de 10 zile.În 1/2 litru suc de morcovi se pun 4 linguri praf de drojdie uscată. Se amestecă bine şi se ţine în frigider. Se agită înainte de a se consuma.

Se bea întreaga cantitate într-o zi în 3 reprize.

- Se pisează cărbune de lemn de tei. Se bea zilnic, 7 zile la rând, o "cafea" din acest cărbune, dimineaţa pe stomacul gol.

Adenomul de prostată

● Infuzie o linguriță la cană din amestec: ghimpe 50 g, cimbrișor 100 g, coada șoricelului 100 g, mușețel 100 g, fenicul 50 g Se bea dimineața pe stomacul gol o cană.

● Se amestecă: ulei de ienupăr 4 ml, ulei de chimen 5 ml, ulei de fenicul 5 ml. Se iau 3-5 picături de 2-3 ori/zi într-o linguriță de miere.

● Se fierb în 500 ml apă 3 minute: 3 linguriţe de rădăcină tătănească şi o linguriță ghimpe. Se lasă la infuzat 20 de minute, se strecoară şi se bea în cursul zilei.

● Pufuliță cu flori mici - o linguriță de plantă la o cană de apă clocotită, infuzat 10 minute. Se beau 2 căni/zi, una dimineața pe stomacul gol, cealaltă seara înainte de culcare.

Afecțiuni urinare, colită, enterocolită

Se amestecă în părți egale următoarele plante: cimbru, sunătoare, busuioc, coada-calului. Se face o infuzie din 4 linguri de amestec în 1 şi 1/2 litru de apă clocotită, timp de 10 minute. Se răceşte şi se strecoară, se adaugă 2 linguri de miere. Se consumă cantitatea întreagă pe parcursul unei zile.

Nefrită

Se prepară seara, din 2 linguri frunze de mesteacăn infuzate în 250 ml apă. După ce se răceşte se adaugă un vârf de cuțit de bicarbonat de sodiu alimentar; se acoperă şi se lasă până dimineața când se strecoară şi se bea jumătate din cantitate. Cealaltă jumătate se bea după 4 ore. Se repetă 7 zile.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Curățarea rinichilor, eliminarea nisipului şi calculilor

6 crenguțe de mur de 60-70 cm. se rup în bucăți mai mici şi se fierb într-o oală fără capac în 6 litri apă, la foc mic, până când rămân 3 litri.

Această cantitate se bea într-o zi, de dimineața până seara, la culcare.

Pe parcursul zilei se va mânca vegetarian.

Trei zile după tratament, se mănâncă lacto-vegetarian şi se verfică urina în care vom observa nisipul şi calculii de mici dimensiuni.

Calculi renali

- Se amestecă pe foc 1 pahar răşină de brad cu 4 pahare apă.

Se beau câte 25 ml soluție, de 4 ori/zi, timp de 10 zile.
Se face pauză de 10 zile şi se repetă încă 10 zile.
Se beau 2 litri de ceai diuretic/zi, timp de 3 săptămâni.

- 40 frunze de păr se fierb într-un litru de apă, la foc mic, timp de 15 minute.

Se strecoară şi se bea în cursul unei zile.
Se repetă la 7 zile, timp de o lună.
După 6 luni, se poate repeta procedura.

- Se fierb 25 g troscot în 1/2 litru de apă, timp de 15 minute.

Se beau 3 căni/zi.

- 100 g de ceapă rasă se fierb 15 minute într-un litru de apă, într-un vas acoperit. Se lasă să se răcească şi se strecoară. Se adaugă apoi 50 g miere şi se omogenizează bine amestecul.

Seara, la culcare, se bea toată cantitatea.
Se continuă tratamentul până la eliminarea tuturor calculilor.

Dizolvarea pietrelor la rinichi

Tămâia de smirnă granulată şi de culoare alb-gălbui (nu cea cu arome) este un leac foarte bun pentru dizolvarea pietrelor şi restabilirea echilibrului ionic în organism.

Se iau câte 3 boabe de tămâie (nu mai mari decât un bob de mazăre), se îmbracă fiecare bob în miez de pâine (pentru a nu atinge dinţii, pentru protecţia lor) şi se înghit dimineaţa pe stomacul gol. Boabele se iau alternativ, o zi da, o zi nu până la dispariţia pietrelor.

Regimul va fi fără carne şi fără apă bogată în săruri minerale.

Pietre, nisip la rinichi

● Coaja de la o portocală (uscată) se ţine o noapte într-un litru de apă. Dimineaţa se pune la foc mic aproximativ o oră, până ce lichidul scade la 1/2 litru. Se bea cu înghiţituri mici timp de 12 ore. Reţeta se repetă 3-5 zile. După a doua zi puteţi analiza urina.

● Timp de 7 zile în fiecare dimineaţă, cu 2 ore înainte de a mânca se bea un păhăruţ de ţuică plin cu suc de ridiche neagră.

● Timp de 3 săptămâni în fiecare dimineaţă cu 2 ore înainte de masă se bea un ceai făcut din 2 linguri de seminţe de cânepă, zdrobite şi fierte în 150 ml apă, până ce lichidul rămâne la jumătate.

● Se râşneşte un pahar de seminţe de cânepă şi se fierbe cu 3 pahare de lapte proaspăt, până ce lichidul scade la un pahar. Se strecoară şi se bea fierbinte înainte de masa de dimineaţă. Procedeul se repetă 5 zile consecutiv cu o pauză de 10 zile, după care se reia şi se poate continua până la un an. Eficienţa este maximă atât pentru rinichi cât şi pentru ficat.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Insuficiență renală

Se râşnesc 30 g rădăcină de anghinare, iar pulberea se pune la macerat în 1/2 litru de vin alb natural, timp de 7 zile. Se strecoară şi se beau câte 50 ml de 3 ori/zi înaintea meselor principale.

Retenție de urină, nefrită, cistită, calculi renali, gută

Infuzie din 25 g de mătase de porumb într-un litru de apă clocotită. Se strecoară şi se îndulceşte cu miere.

Se bea pe parcursul unei zile. Nu se depăşeşte 1 litru /zi.

Dezintoxicarea rinichilor

Se bea un suc înainte de masa de prânz cu 30 minute, timp de 7 zile, din: o sfeclă mică roşie, 2 mere, jumătate varză albă.

Curățarea de săruri

Se acoperă cu apă 2 linguri de orez nedecorticat sau integral şi se lasă aşa 24 de ore. Dimineața se fierbe orezul timp de 5 minute după ce a dat în clocot şi se consumă pe stomacul gol. După aceasta, 4-6 ore nu se mănâncă nimic. Tratamentul se face câte 2 săptămâni de 2 ori pe an.

Eliminarea depunerilor calcaroase

Se fierb la foc mic timp de 5 minute 25 g foi de dafin. Se ia vasul de pe foc şi se lasă acoperit 3 ore. Se strecoară şi se bea lichidul cu înghițituri mici pe parcursul zilei. Procedeul se repetă a doua şi a treia zi. Peste o săptămână, ciclul de 3 zile se repetă. După un an, acest procedeu se va repeta timp de 6 zile.

APARATUL GENITAL

Amenoree

● Se fierb foile de la 2 kg de ceapă uscată, în 3 litri apă, până ce lichidul capătă o culoare roşu-închis. Se bea din această soluție câte o ceaşcă de cafea, dimineața sau seara, pe stomacul gol.

● Se infuzează timp de 15 minute, o linguriță de semințe de leuştean în 250 ml apă clocotită.

Se beau 2 căni/zi.

● Se fierbe o linguriță de pulbere de rădăcină de leuştean în 250 ml de apă, timp de 15 minute.

Se beau 2-3 căni/zi.

● Într-un litru de apă se fierb 50 g de semințe sau rădăcină de pătrunjel, timp de 5 minute. Se acoperă 15 minute. Se strecoară.

Se beau 2 căni/zi, înainte de masa de prânz şi de cină.

● Se râşnesc fin 50 g semințe de mărar, 50 g rădăcină de lemn dulce, 50 g semințe de chimen. Se amestecă cele 3 pulberi de plante şi se țin într-un borcan închis ermetic. Se administrează 1-2 lingurițe, de 3 ori/zi, până la terminarea borcanului. Pulberea se ține sub limbă 15 minute, apoi se înghite cu puțină apă.

Această rețetă favorizează declanşarea ciclului menstrual putând prelungi tinerețea biologică a femeilor ajunse în prag de menopauză.

Se recomandă prudență în administrare în caz de fibrom uterin, chist ovarian, mastoză, cancer.

● Se fierb în 2 litri de apă: 5 g foi de dafin şi 50 g rădăcină de pătrunjel tăiată mărunt până ce cantitatea de lichid scade la jumătate. Se strecoară şi se va consuma treptat pe parcursul zilei. Se repetă 7 zile.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● Se amestecă în părți egale: talpa gâştii, salvie, lemn dulce, coada şoricelului, urzică, şofran. Se infuzează o lingură la cană. Se beau zilnic 3 căni timp de 6 luni.

Dismenoree

● Se râşnesc fin: semințe de mărar, crețişoară şi traista ciobanului.

Se pun într-un borcan de sticlă 5 lingurițe pulbere de mărar, 10 lingurițe de crețişoară şi 5 lingurițe de traista ciobanului. Se toarnă peste ele alcool de 45°-50° cât să le acopere şi se lasă la macerat 10 zile, după care se strecoară şi se pune tinctura în sticluțe mici, închise la culoare.

Se ia o lingură din această tinctură diluată într-o cană cu apă, de 3ori/zi pe stomacul gol.

Tratamentul durează minim 2 luni.

● Se râşnesc fin, în cantități egale: semințe de angelică, muguri de zmeur şi crețişoară. Se combină plantele şi se administrează o linguriță rasă de pulbere de 4 ori/zi ținându-se sub limbă 15 minute, apoi înghițindu-se cu puțină apă.

Tratamentul durează minim 3 luni.

● Se face un decoct din coada-racului.

Se fierb 2 linguri de plantă în 1/2 litru de apă, timp de 5 minute. Se lasă să se răcescă. Se strecoară. Acastă cantitate se bea pe parcursul unei zile.

● Se amestecă următoarele plante: flori de iasomie 1 lingură, traista-ciobanului 3 linguri, frunze de salvie 1 lingură, flori de gălbenele 2 linguri şi mentă 3 linguri.

Se infuzează 2 linguri din acest amestec în 1/2 litru apă clocotită, timp de 10 minute. Se bea întreaga cantitate pe parcursul unei zile.

Se recomandă mai ales în cazurile în care dismenoreea este însoțită şi de leucoree (scurgere albicioasă din vagin).

Chisturi ovariene

Se combină în părți egale pulberi din următoarele plante (râşnite): năpraznic, frunze de mur, salvie, semințe şi flori de urzică, rostopască şi răchitan.

Se înghite câte o lingurță cu vârf din această combinație de 4 ori pe zi, pe stomacul gol.

Se ține repetat regimul cu cereale integrale (Oshawa) câte 10 zile, cu 5 zile pauză.

Se aplică pe zona ovarelor cataplasme calde cu coada calului.

Fibrom uterin

● Se amestecă următoarele plante: creţişoară 200 g, nalbă 100 g, urzică moartă 200 g, păpădie 200 g, traista ciobanului 200 g. Se face infuzie din 7 linguri din acest amestec în 2 litri de apă. Se lasă să se infuzeze 15 minute, după care se strecoară. Cantitatea de ceai se bea pe parcursul zilei. Tartamentul se face până la consumarea întregului amestec.

Se fac spălături vaginale, de 2 ori/zi, dintr-un amestec, în cantități egale, din vâsc, nalbă, coada-calului şi pelin.

Se pun 2 linguri din acest amestec în 250 ml apă clocotită şi se infuzează 3 minute. Aceasta reprezintă doza pentru o spălătură.

● Se face o cremă din grăsime de gâscă topită în "bain-marie".

Se introduc tampoane vaginale cu această cremă în fiecare seară şi se doarme cu ele.

Tratamentul se face 10 zile la rând, după ciclu sau 15 zile pe lună — pentru femeile aflate la menopauză, timp de 4 luni.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● Timp de 3 luni se iau 2 tincturi:
- macerat glicerinic din mlădițe de zmeur
- tinctură de tătănească pentru uz intern.

Picăturile de tincturi se iau în ceai de 2 sau 3 ori/zi, conform prospect.

● Se beau 50 ml tinctură de tătănească, de 2 ori/zi înainte de masă timp de 3-4 luni.

Tinctura se prepară în casă:

Se taie mărunt rădăcinile de tătănească şi se pun într-o sticlă de 1 litru până la jumătate. Cealaltă jumătate se umple cu alcool (țuică curată). Se lasă la macerat 3 săptămâni. Apoi, se strecoară.

● Se pun la macerat într-un recipient de sticlă timp de 3 zile următoarele: 1/4 litru țuică de tescovină, 1/4 kg zahăr candel pisat, 1/4 litru suc de lămâie strecurat, 1/4 litru ulei de măsline presat la rece. Se agită de câteva ori pe zi. Se ia de trei ori pe zi câte un păhăruț (de țuică) pe stomacul gol.

Leucoree

Se fac irigări vaginale în fiecare seară cu un decoct din 100 g semințe de pătrunjel fierte 5 minute într-un litru de apă. Amestecul se strecoară după alte 15 minute de infuzare.

Insuficiență ovariană

Se face un amestec din: rădăcină de lemn dulce 100 g, sunătoare 100 g, şofran 50 g. Se toarnă peste 2 lingurițe de amestec 250 ml apă clocotită şi se infuzează 10 minute într-un vas acoperit. Se strecoară, se beau 2 ceaiuri pe zi timp de 6 săptămâni. După o lună de pauză se poate relua.

Menopauză prematură, insuficiență ovariană, sterilitate

Se face un tratament progresiv cu tinctură de brânca-ursului. Se începe cu 20 de picături (în jumătate de pahar cu apă) luate de 3 ori/zi, în prima săptămână, şi se creşte doza cu câte 10 picături pe săptămână, până când se ajunge la 50 de picături, luate de 3 ori/zi, în a 4-a săptămână. Se face o lună de tratament cu 10 zile pauză.

Tinctura se obţine astfel: se râşneşte planta, se umple o sticlă până la o treime cu aceeaşi pulbere, restul fiind completat cu alcool de 70°. Se închide ermetic sticla şi se lasă la macerat 9-10 zile, agitând din când în când conţinutul. Preparatul se filtrează prin tifon, iar tinctura obţinută se păstrează în sticluţe mici şi închise la culoare.

Dereglări menstruale

● Tinctura de mărar

În 100 ml alcool de 45°-50° se pun 7 linguriţe de plantă uscată râşnită. Se lasă la macerat 7 zile după care se strecoară şi se pune în sticluţe mici închise la culoare. Se ia o linguriţă de tinctură diluată în jumătate de pahar de apă de 3 ori/zi pe stomacul gol.

Tratamentul durează minim 21 de zile.

● Pulberea de seminţe de mărar

Seminţele se macină fin cu râşniţa de cafea. Se administrează o linguriţă rasă de 3 ori/zi. Pulberea se ţine sub limbă 15 minute, apoi se înghite cu puţină apă. O cură durează minimum 21 de zile.

Ambele tratamente cu mărar (tinctură sau pulbere) au drept efect reglarea ciclului menstrual, remedierea amenoreei, creşterea sânilor, încetinirea ritmului de creştere a pilozităţii la femei, creşterea secreţiei de lapte la femeile care alăptează.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Menoragie (menstre abundente care se prelungesc peste perioada obişnuită)

● Se face un amestec din coada-racului 3 linguri, ţintaură 1 lingură, coada calului 2 linguri, troscot 2 linguri, sclipeţi 2 linguri.

Se fierb 2 linguriţe din combinaţia de mai sus, în 1/2 litru apă, timp de 5 minute.

Se beau 2 căni/zi, dimineaţa şi seara.

● Se face un decoct din 2 linguri din următoarea combinaţie de plante: coada şoricelului 2 linguri, traista ciobanului 2 linguri, sunătoare 3 linguri, coajă de salcie 2 linguri, coajă de stejar 2 linguri.

Se fierb 5 minute în 1/2 litru apă.

Întreaga cantitate se bea pe parcursul unei zile, în mai multe reprize.

● Se infuzează 1/2 linguriţă pulbere de creţuşcă în 250 ml apă clocotită, timp de 10 minute.

Se beau 2 căni de ceai pe zi.

Regularizarea ciclului menstrual

Se prepară vin de aloe:

1/2 kg plantă de aloe de 3-5 ani se toacă mărunt şi se amestecă cu 1 kg miere + 2 litri vin roşu (Cabernet). Se amestecă cu o spatulă de lemn la 2-3 zile. După ce a fermentat 6 săptămâni, se strecoară şi se păstrează în sticle în frigider. Se beau 3 linguri zilnic, câte o lingură înaintea celor 3 mese.

Mastoză fibro-chistică

● În 600 ml apă, se fierb la foc mic, 2 linguri de rădăcini de tătăneasă timp de 25 minute. Apoi se adaugă: o linguriţă frunză de

nuc, o linguriță coada șoricelului, o linguriță mușețel și 1/2 linguriță rostopască. Totul se infuzează 15 minute, apoi se strecoară. Lichidul se împarte în două: o ceașcă se bea seara și una dimineața cu o oră înainte de masă. Cu plantele rămase de la prepararea ceaiului se pun comprese pe sân.

Tratamentul durează 42 de zile.

● Se amestecă: 100 g terci din rădăcini prospete de brusture, 100 g miere, 100 g ulei de ricin, sucul de la 2 lămâi. Aceste ingrediente se pun într-un tifon și se aplică pe piept peste noapte. Acest tratament se face 2 săptămâni cu pauză de 10 zile, apoi se poate repeta.

● Se amestecă ceară de albine rasă pe răzătoarea mare, o mână cu pelin uscat sau verde, peste care se toarnă țuică de tescovină (țuica să fie numai din struguri de vin). Acest amestec se pune într-un tifon și apoi în sutien peste sânul bolnav. Se va uda acest amestec cu țuică, atunci când se usucă, după 4-5 ore. Se poate folosi de 6-8 ori, apoi se prepară altul. Încă din primele ore începe să cedeze durerea. Înainte să se aplice compoziția, sânul se unge cu alifie de gălbenele.

Noduli mamari și ovarieni

Se amestecă 100 g miere de albine curată, cu 50 g Apilarnil și se iau zilnic cel puțin 3 linguri. Se pot lua până la maxim 100 g zilnic.

Acest tratament durează 3 luni. Se mai poate lua dimineața pe stomacul gol o lingură de polen.

Trichomonas vaginalis

Un tampon de vată îmbibat cu iaurt natural (care să nu fie pasteurizat), se introduce în vagin seara la culcare. Tratamentul durează 7 zile.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Papilomatoză vaginală

Se face un amestec în părți egale din următoarele plante: frunze de frasin, gălbenele, conuri de hamei, mușețel, salvie, urzică, sunătoare.

Se face o infuzie cu 2 linguri de amestec la 1/2 litru apă clocotită. Se acoperă vasul 20 de minute. Se strecoară și se fac spălături vaginale cu irigatorul, de 2 ori/zi.

Seara, se introduce în vagin un ovul din argilă moale.

Răni pe colul uterin

● Spălături vaginale zilnice cu 2 litri ceai de pelin concentrat: 10 linguriță în 2 litri apă, fiert 10 minute. Imediat după spălătură, se introduce în vagin un tampon îmbibat în ulei de cătină care se lasă peste noapte, dimineața aruncându-se.

● Se aplică local un tampon îmbibat în ulei de sunătoare, seara, la culcare și se ține până dimineața. Vindecarea este rapidă.

Uleiul de sunătoare se prepară astfel: se umple o sticlă cu flori de sunătoare peste care se toarnă ulei de măsline presat la rece. Se lasă la macerat, la întuneric, cel puțin 8 zile, după care se poate utiliza. Cu cât stă mai mult la macerat, cu atât este mai eficient (o lună, un an...) Culoarea sa devine roșiatică. Este un cicatrizant foarte rapid pentru orice fel de rană.

● O mână de coji de nuci uscate (partea lemnoasă) și o mână de coajă de stejar se fierb în 3 litri apă până când aceasta devine maronie, apoi se strecoară. În ceaiul obținut se fierb 2 mâini de tătănească uscată sau verde. După ce clocotește bine (de vreo 10 ori), se ia de pe foc și se adaugă câte o mână de mușețel, coada-șoricelului și flori de gălbenele. Se acoperă și se lasă 10 minute la infuzat. Se strecoară și se lasă la răcit. Când ajunge la o temperatură suportabilă, se introduce în irigator și se fac spălături vaginale.

Plantele folosite au proprietăți cicatrizante şi dezinfectante.
Această procedură se face seara, înainte de culcare.
Se repetă zilnic, până la vindecare.

● O lingură de mărul-lupului (pulbere) + o lingură rădăcină de tătăneasă (pulbere) + o lingură muşeţel se lasă la înmuiat în 1/2 litru de apă rece de seara până dimineaţa, când se filtrează. Plantele rămase se fierb în 1/2 litru de apă până când lichidul scade la jumătate. După răcire, se strecoară şi se amestecă cele două extracte. Cu acest concentrat se face spălătura vaginală cu ajutorul irigatorului. La 2-3 zile se fac şi băi de şezut cu acelaşi ceai. Tratamentul se face până la vindecare.

Secreţie galben-vezuie a sânilor

Se aplică direct pe sâni cartofi cruzi raşi şi pătrunjel verde tocat.
Se spală bine 2 cartofi, cu coajă cu tot şi se dau pe răzătoarea mare, apoi se amestecă cu o mână de pătrunjel verde tocat mărunt. Această compoziţie se împarte în două, câte o parte pentru fiecare sân şi se pune pe câte o bucată de tifon în interiorul sutienului.
Se aplică sutienul cu compresa până dimineaţa.
Pe parcursul zilei se pun comprese cu pelin stropit cu ţuică.
Se ţine regim lacto-vegetarian.
Se face o cură cu macerat glicerinic din mlădiţe de zmeur, timp de 3 luni.

Anexită

Se face un aluat din 200 g făină, 100 ml oţet şi 100 ml ulei. Coca obţinută se aşează pe partea de jos a abdomenului, se acoperă cu un plastic şi se lasă toată noaptea. Tratamentul durează 14 zile.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Impotență și sterilitate masculină, hipofuncție a glandelor cortico-suprarenale

Timp de 2 luni se consumă 7 linguri de sirop de pin pe zi pe stomacul gol.

Siropul de pin se prepară numai din ace care se culeg proaspete şi se zdrobesc pe o planşetă de lemn cu un tocător de lemn. Se umple trei sferturi un borcan cu acele de pin zdrobite peste care se toarnă miere. Se închide borcanul şi se lasă la macerat 3 săptămâni. Siropul se filtrează. Se poate face şi din muguri, primăvara, dar cel din ace culese în luna ianuarie este cel mai bogat în uleiuri volatile şi ca atare, are efectele cele mai bune. Pentru tuse, bronşită, astm, pneumonii, se iau câte 4 linguri zilnic.

Reglarea activității hormonale

Se ia sublingual o linguriță de pulbere de rădăcină de lemn dulce de 3 ori/zi şi se ține 10 minute, după care se înghite cu apă.

Nivel de progesteron scăzut

Tinctură de coada şoricelului câte 30 de picături de 3 ori/zi timp de 10 -15 zile /lună.

APARATUL DIGESTIV
(FICAT, VEZICA BILIARĂ, INTESTINE, STOMAC)

Afecțiuni hepato-biliare, afecțiuni gastro-intestinale, afecțiuni cardiace, probleme respiratorii, transpirația picioarelor, afecțiuni renale, psoriazis, scleroză multiplă, paralizie, gută

Se face cura cu boabe de ienupăr. Această cură durează 23 de zile.

În prima zi se iau 4 boabe, în a 2-a zi - 5 boabe, apoi se creşte progresiv până în ziua a 12-a, când se vor lua 15 boabe. Începând cu ziua a 13-a, începem să scădem câte o boabă zilnic, până la sfârşitul curei, când se va ajunge din nou la 4 boabe.

Pentru un tratament complet sunt necesare 213 boabe de ienupăr. Înainte de a fi înghițite, boabele de ienupăr se vor mesteca foarte bine.

Cura cu boabe de ienupăr mai este indicată şi în tratamentul altor afecțiuni ca: hemofilie, stomatită, neuroastenie, hipertensiune arterială, reumatism, ascită, anexită şi metroanexită, cefalee, sciatică, obezitate, impotență, mastoză chistică.

Boli ale ficatului, curățarea sângelui

Se prepară siropul de păpădie. Se pun într-un litru de apă rece doi pumni de flori de păpădie, care se pun apoi pe foc mic. După ce dă 2-3 clocote, se ia vasul de pe foc şi se lasă să stea o noapte, acoperit. A doua zi, se strecoară, presându-se bine florile în mâini pentru a ieşi tot sucul. În lichidul obținut se pune 1 kg de zahăr şi o jumătate de lămâie, fără coajă, tăiată felii. Se pune vasul pe foc foarte mic, fără capac. Lichidul se îngroaşă fără a fierbe.

Se lasă compoziția să se răcească. Trebuie să se formeze un sirop de consistența mierii lichide. Dacă este prea subțire, se mai pune o dată pe foc. Se iau 3 linguri/zi, fiecare lingură diluată într-o cană cu ceai.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Ciroză

● Această rețetă ajută la eliminarea lichidului în ciroza umedă.

Se ia pelin uscat, se freacă în palme pentru a se arunca bețele, apoi se râşneşte pentru a se obține pulberea de pelin. Din acest praf se ia câte o linguriță cu o oră înainte de masă, dimineața, la prânz şi seara - în prima săptămână, după care se bea câte o cană de ceai îndulcit cu miere.

A doua săptămână, se iau două linguriţe de pelin, tot dimineața, la prânz şi seara, iar a treia săptămână câte trei linguriţe dimineața, la prânz şi seara, tot înainte de masă. În urma acestui tratament se elimină pe nesimțite tot lichidul acumulat. Tratamentul se poate repeta după o pauză de trei săptămâni.

● 2 pahare suc de varză/zi; se consumă varză înăbuşită.

● Se râşnesc în cantități egale: rostopască, armurariu şi pedicuță.

Se ia o jumătate de linguriță din acest amestec (pulbere) şi se ține sub limbă 15 minute, după care se înghite cu apă, de 3 ori/zi înaintea meselor principale cu 1/2 oră.

● Un pumn se aşchii de rădăcină de dud alb (agud), se pun seara în doi litri apă. A doua zi se fierb până scade lichidul la 1,250 litri. Se strecoară şi se bea timp de o zi.

Ceaiul se bea până când scade burta. Se face o pauză de 3 săptămâni şi apoi se mai repetă încă 14 zile. Se va urina foarte des, iar la începutul tratamentului urina va avea culoare roşiatică.

În fiecare an, această rețetă se poate repeta timp de 3 săptămâni.

● 1 kg ceapă roşie se curăță şi se toacă mărunt. Se pune într-un borcan şi se toarnă peste ea 5 litri țiucă curată. Se lasă la macerat 10 zile. Din acest amestec se iau dimineața pe stomacul gol 30-40 ml, apoi se stă culcat pe partea dreaptă 30 de minute, după care se serveşte masa de dimineață. În cel mai scurt timp ficatul începe să se regenereze.

Ciroză lichidă, psoriazis, toate bolile ficatului

În 3 litri de apă se pun la fiert: 3 linguriţe de rădăcină de dud mărunţită, o linguriţă din rădăcină de măceş, o linguriţă de rădăcină de pir şi o linguriţă de rădăcină de urzică. Se lasă să fiarbă la foc mediu până când mai rămâne 1 litru de lichid, după care se dă deoparte vasul şi se adugă o jumătate de linguriţă de iarbă de rostopască şi se lasă să se răcească. Se filtrează.

Preparatul se bea fracţionat, pe parcursul zilei, înaintea meselor principale cu 1/2 oră.

A doua zi se face o nouă porţie. Întotdeauna se consumă ceai proaspăt.

În cazul ascitei, se face tratament până când abdomenul ajunge la volumul normal, după care se face o pauză de 2 săptămâni şi apoi se reia.

Pentru celelalte boli, tratmentul se face câte 2 săptămâni cu pauză de 2 săptămâni, până la 3 luni. Se reia după 3 luni.

Icter

- 30 g rostopască se pun la macerat 3 ore în 1/2 litru de vin alb curat, de ţară. Se strecoară şi se beau 150 ml înainte de mese. Înlătură rapid icterul.

- 20 g gălbenele, 20 g şofran se fierb 5 minute într-un litru de vin alb. Se beau câte 50 g de 3 ori/zi înaintea meselor principale.

- Se bea 3 zile la rând câte 1 litru de lapte dulce în care a fiert rădăcină de ştevie.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Hepatită epidemică

Într-un litru de apă opărită se pun 5 grame de rostopască uscată şi se lasă la infuzat 12 ore. După aceea, se strecoară şi se amestecă cu 200 grame miere. Totul se pune în sticlă şi se păstrează la frigider. Se ia câte o lingură din oră în oră de 12 ori/zi. Cura pentru un copil durează 5 zile, iar pentru un adult 10 zile.

Hepatite

● Ceai de anghinare: infuzie 10 minute din 2 linguriţe de plantă în 750 ml apă clocotită. Se bea cantitatea întreagă în cursul unei zile în mai multe reprize.

● Ceai din fructe de armurariu (protejează şi reface celula hepatică), infuzie 10 minute din: 2 linguriţe de fructe zdrobite în 300 ml apă clocotită. Se bea o ceaşcă dimineaţa pe stomacul gol (150 ml); 75 ml după masa de prânz şi 75 ml seara.

● Ceai de rostopască (decongestionează ficatul); infuzie 10 minute din: 1 linguriţă la 200 ml apă clocotită. Se împarte cantitatea în 3 şi se bea pe parcursul zilei, timp de 10 zile.

● Ceai de pedicuţă: infuzie 10 minute din o linguriţă de plantă la 250 ml apă clocotită. Se bea dimineaţa pe stomacul gol cu 1/2 oră înaintea micului dejun.

● 50 g muguri de mesteacăn se pun în 500 ml vodcă timp de 10 zile. Se bea câte o linguriţă din preparat cu puţină apă de 3 ori/zi cu 15-20 minute înaintea meselor.

● Din 2 căţei de usturoi pisaţi amestecaţi cu sare se fac două „bile" care se ţin sub buza superioară, atâta timp cât suportă bolnavul.

Se repetă tratamentul 3 zile consecutiv, după care se reia o dată la două zile. După 10 zile, vindecarea este garantată. Acest usturoi, se pare că distruge tocmai virusul.

● În fiecare seară, înainte de culcare se înghite o lingură de ulei de semințe de dovleac presat la rece şi se stă pe partea dreaptă 1/2 oră (Este foarte eficient şi în adenomul de prostată).

● Se râşnesc în cantităţi egale: armurariu, cătină şi măceş.

Se ia sublingual, 10 minute, o linguriță din pulberea de amestec, după care se înghite cu o cană de ceai hepatic.

Hepatită cronică

Se amestecă următoarele ingrediente: 2 g lăptişor de matcă, 1/2 kg lămâi (tăiate felii), 1/2 kg miere, 1/2 litru ulei de măsline, 1/2 litru concentrat de tei şi sunătoare (concentratul se obține prin fierberea a 3 linguri tei şi 3 linguri sunătoare într-un litru de apă până rămâne jumătate de litru).

Se lasă la macerat timp de 10 zile. Se amestecă zilnic cu o spatulă de lemn. Nu se folosesc obiecte din metal, ci numai din lemn, sticlă sau plastic.

Se iau câte 3 linguriţe/zi. Imediat după ingerare, se stă pe partea dreaptă timp de 20 de minute.

Preparatul este foarte puternic şi uneori, poate produce ameţeli.

Hepatite, icter, ciroze, calculi biliari

Se pisează 30 g de semințe de anghinare şi se pun la fiert în 1/2 litru de apă, la foc mic, până lichidul scade la jumătate, Se strecoară. Se bea câte o linguriță din oră în oră, de dimineața până seara, sau se poate lua sublingual câte o linguriță de pulbere de anghinare, de 4-5 ori/zi, cu 20 de minute înainte de masă.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Tratamentul se face o lună.
Se poate repeta după 3 săptămâni.

Boli de ficat, în special hepatita C

Se prepară borşul de sfeclă: 1 kg sfeclă roşie tăiată bucăţi, o legătură de pătrunjel, o legătură mărar, o legătură leuştean, o căpăţână de usturoi, o linguriţă de drojdie sau o mână de mălai.

Deasupra lor se toarnă apă şi se lasă la macerat la temperatura camerei.

Când lichidul este gata acrit, se strecoară şi se reumple borcanul cu apă. Borşul care rezultă a doua oară este mai slab. Din prima strecurare se beau câte două pahare/zi, iar din a doua, câte 4 pahare/zi.

Borşul se poate bea în tot cursul anului. Este bun şi în bolile de plămâni şi ca depurativ general al organismului.

Chisturi pe ficat, plămâni, rinichi

În prima săptămână se înghite în fiecare dimineaţă, pe stomacul gol un bob de tămâie albă (cât un bob de mazăre) învelit în miez de pâine (ca să nu atingă dinţii fiindcă formează carii). În următoarele 3 săptămâni se procedează la fel, dar numai din două în două zile.

În paralel se beau 3-4 pahare cu ceai de traista ciobanului înaintea meselor principale şi chiar între mese, în loc de apă.

Dezintoxicarea ficatului

- Se bea un amestec de sucuri timp de 7 zile, seara cu o jumătate de oră înainte de culcare din: 2 morcovi, 1 rădăcină de pătrunjel, o ridiche neagră, 3 mere.

- Se fierb 40 g gălbenele timp de 10 minute într-un litru de apă. Această cantitate se bea în cursul zilei de trei ori/zi, cu 20 minute înainte de masă. Tratamentul durează 2-3 săptămâni.

Eliminarea pietrelor de la bilă şi ficat

- Prima zi: se ia masa de prânz, cina nu. Înainte de culcare se ia un amestec de 100 g ulei măsline cu 100 g suc proaspăt de lămâie şi se stă pe partea dreaptă 20-30 minute.

- A doua zi: dimineaţa se face clismă. În timpul zilei se bea numai apă fiartă puţin îndulcită cu miere şi cu un adaos de suc de lămâie. Seara se face din nou clismă.

- A treia zi: dimineaţa se face clismă. Ziua se consumă legume fierte şi fructe. După una din clisme vor apărea pietrele. Dacă după ultima clismă nu vor apărea pietre, atunci procedura se repetă peste cinci zile. Procedura se mai repetă o dată peste două săptămâni.

Eliminarea pietrelor de la bilă

1 kg de rădăcină de pătrunjel se fierbe în 2 litri de apă până scade la 1 litru.

Se beau 150 ml dimineaţa şi seara pe nemâncate şi se stă apoi pe partea dreaptă 20 minute.Tratamentul poate dura 3-4 luni.

Ulcer duodenal cu nişă

Se bate un albuş de ou prospăt cu o linguriţă de zahăr pudră şi o lingură de ulei de măsline până se face cremă. În fiecare dimineaţă se consumă acest amestec pe stomacul gol timp de 10 zile.

Ulcer gastric şi duodenal

● 20 g sunătoare se pun la macerat în 20 ml alcool de 90°. Se ţin într-un borcan cu capac 2 săptămâni, după care se adaugă 200 ml ulei de porumb sau floarea soarelui. Acest amestec se ţine în baia de abur două ore. Se strecoară şi se ia câte o linguriţă înainte de masă de 3 ori/ zi.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

● 60 ml apă (două linguri de supă), o lingură de mălai cernut foarte fin, o lingură de miere de albine curată.

Se pune apa la fiert într-un ibric, se pune mălaiul şi se freacă la foc mic circa un minut. Se ia de pe foc, se adaugă mierea de albine şi se amestecă până ce se obține o pastă perfect omogenă. Se consumă călduță, dimineața pe stomacul gol. Tratamentul durează 21 de zile.

● 100 g de ceară de albine, 100 g răşină de brad şi 100 g de unt proaspăt se amestecă şi se încălzesc într-un vas acoperit. Când preparatul s-a omogenizat, se ia de pe foc şi se lasă să se răcească. Apoi, se prepară pastile de mărimea boabelor de mazăre şi se iau câte 4-6 pastiluțe pe stomacul gol, cu 15-20 minute înaintea meselor principale.

● În lunile mai, iunie, se curăță coaja verde de deasupra nucilor, iar restul se rade şi se pune în borcănele astfel: un rând de nuci, un rând de zahăr, ş.a.m.d. Borcanele se închid ermetic şi se lasă la căldură 10-14 zile. Se iau din acest preparat 2-3 linguriţe cu 15-20 minute înaintea meselor principale.

Arsuri la stomac

● Ronțăiți zilnic 15 boabe de muştar şi o linguriță de semințe de anason;

● Mestecați încet felii de cartof crud;

● Beți 1/4 litru suc de morcov prospăt imediat după apariția simptomelor;

● 2-3 căni pe zi din infuzie 10 minute de troscot, 2 linguriţe la 200 ml apă clocotită;

● 2 căni pe zi din infuzie 10 minute de muşeţel, o linguriță la cană;

● 2 căni pe zi din infuzie 15 minute de flori uscate de salcâm, 1 linguriță la 250 ml apă clocotită.

Colită

● Se beau 3 căni de infuzie de leuştean/zi cu 1/2 oră înainte de masă.

Se infuzează 3 fire de leuştean proaspăt sau uscat în 3 căni de apă clocotită 5-6 minute, apoi se strecoară şi se bea neândulcit.

● Înfuzie din 2 linguriţe muşeţel în 250 ml apă clocotită, timp de 10 minute. Se beau 2 căni/zi, după mese.

● Se face un amestec din: 20 g muşeţel, 30 g coada şoricelului, 20 g frunze de mentă, 10 g salvie, 10 g fructe de coriandru.

Se infuzează o lingură de amestec în 250 ml apă clocotită, timp de 10 minute. Se beau 2 căni/zi.

● Se râşneşte o lingură de seminţe de in şi se înghite imediat pulberea fină, după ce în prealabil a fost amestecată cu apă clocotită.

Tratamentul se face de 2 ori/zi, înainte de masă, timp de 14 zile.

● Se fierb 2 linguri cu vârf de seminţe de in în 250 ml apă timp 10-12 minute (se adaugă mereu apă ca să rămână aceeaşi cantitate ca la început). Mucilagiul obţinut se bea dimineaţa pe stomacul gol.

Micul dejun se serveşte după o oră.

Dischinezie biliară

1 kg de pelin se fierbe în 2 litri de apă până rămân 750 ml. Se strecoară şi se amestecă cu 250 g miere de albine şi 250 ml vin natural. Se iau câte 100 ml înainte de mese de 3 ori/zi, iar după masă o cană de infuzie de sunătoare (1 linguriță de plantă la 250 ml apă clocotită, infuzat 10 minute).

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Gaze în stomac

● O linguriță de semințe de anason și o linguriță de miere se fierb în 200 ml apă, timp de 10 minute. Se răcesc și se strecoară. Se iau 2 linguri/zi.

● O linguriță de pelin și o linguriță de miere se fierb în 200 ml apă timp de 10 minute. Se răcesc și se strecoară. Se iau 2 linguri/zi.

● Se pun seara în apă semințe de pătlagină. Peste noapte se formează o masă gelatinoasă. Se ia dimineața o lingură înainte de micul dejun.

● O linguriță de semințe de mărar fierte 15 minute cu o cană de apă. Se strecoară și se bea lichidul fierbinte.

Enterocolite cronice

Se prepară apa de tărâțe de grâu. O mână de tărâțe de grâu la 1 litru de apă rece se amestecă și se lasă 8-10 ore, apoi se strecoară apa prin tifon. Se bea pe parcursul zilei cu înghițituri mici.

CURĂȚAREA LIMFEI

Tonic pentru protejarea limfei, elasticizarea pielii, reînnoirea măduvei osoase şi fabricarea de globule roşii tinere

Se spală şi se şterg 4 lămâi mari, bine copte, cu coajă subțire, apoi se stoarce zeama lor într-un borcan. Coaja şi pulpa rămase se dau prin maşina de tocat şi se pun în alt borcan.

Se iau 3 căpățâni de usturoi, se curăță, iar cățeii se zdrobesc în piuliță.

Se amestecă bine, într-o oală emailată: zeama lămâilor, cojile şi pulpa (date prin maşina de tocat) şi usturoiul pisat.

Peste acestea se toarnă 2 litri de apă fiartă şi răcită. Oala se leagă cu un tifon pus în două şi se bagă la frigider timp de 3 zile (72 de ore).

După această perioadă, conținutul vasului se strecoară prin 4 straturi de tifon şi se pune în sticle care se închid etanş. Se păstrează la frigider.

Se iau de 4 ori/zi, câte 50 ml, cu 30 de minute înainte de masă, timp de 5 zile. Se face pauză 10 zile şi se reia. Cura durează 5 luni, după care se face pauză 2 luni. Apoi se poate repeta.

Curățarea limfei

● Procedura durează 3 zile. Se fac clisme dimineața şi seara cu ceai de coada-calului (2 litri).

Nu se mănâncă nimic, în fiecare zi se bea un amestec din: 2 litri apă + 1 litru suc grapefruit + 1/4 suc lămâie + 3/4 suc portocală (în total 4 litri lichid).

Pe parcursul celor 3 zile se elimină din organism 12 litri de limfă acidă bolnavă.

● Se bea ceai concentrat din drăgaică (sânziene), o linguriță la cană fiert 10 minute, câte 2 litri/zi timp de 3-4 săptămâni.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

PARAZIȚI INTESTINALI

Paraziți intestinali

Se macerează timp de 6 zile o ceapă mare tăiată felii într-un litru de vin alb.

Se beau 100 ml în fiecare dimineață timp de o săptămână, când luna este în descreştere.

Se reia timp de 2 sau 3 luni.

Teniaza

Se fierb 2 cepe mari tăiate mărunt în 300 ml lapte până scade la jumătate. Se strecoară, se răceşte şi se adaugă o linguriță de miere.

Soluția se poate ține în frigider timp de o săptămână.

Se administrează:

- copii între 6-9 ani: 2 linguriţe de preparat seara
- copii până la 12 ani: 3 linguriţe
- adulți: 3-4 pahare de ceapă cu lapte/săptămână.

Tratamentul durează 2 săptămâni.

Limbrici, panglica

- Dimineața pe stomacul gol se înghit 50 de semințe de dovleac, crude, pisate, amestecate într-un pahar de lapte.

- Se face o pastă din 15-30 g semințe de dovleac curățate de coajă, crude, pisate, amestecate cu tot atâta zahăr şi puțin suc de lămâie (o linguriță). Se consumă dimineața pe stomacul gol.

Rețetele se pot face alternativ o zi una, o zi cealaltă.

SISTEMUL NERVOS

Alzheimer

Se consumă 2 litri de ceai de rozmarin/zi. Rozmarinul conţine compuşi ce împiedică descompunerea acetilcolinei.

Se fac băi cu ceai de rozmarin concentrat: 200 g plantă se fierb 30 de minute în 5 litri de apă, la foc mic. Se strecoară şi se toarnă peste apa de baie.

Epilepsie

- Se amestecă ulei de măsline cu fagure şi ceară de albine topite în "bain-marie". Se unge cu acest preparat o bucată curată de pânză şi se aplică, sub formă de compresă, pe coloana vertebrală.

- Se fac băi cu decoct din fân de pădure.

- Se consumă ceapă crudă multă, eventual se bea suc de ceapă.

- Se fac cure succesive, de câte 40 de zile, cu 15 zile pauză, luându-se pe nemâncate câte o linguriţă de pulbere de brânca-ursului, de 3 ori pe zi.

- Câte 19 seminţe de muştar de 3 ori/zi, timp de 3 săptămâni.

Nevroză

- Se amestecă în părţi egale: şovârv, roiniţă şi urzică.
Se beau 4 ceaiuri/zi din infuzie o linguriţă de amestec la cană.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Parkinson

Se consumă zilnic 100 g de boabe de fasole încolțite. Acestea conțin substanța L-dopa necesară creierului.

Se beau 3 căni/zi de ceai de angelică.

Paralizii, scleroză cerebrală, ateroscleroză

- Se beau 2 căni/zi din ceai de saschiu (vinca minor)

Se face infuzie, 20 minute, dintr-o linguriță de plantă la cană.

- 100 g saschiu zdrobit se macerează 8 zile într-un litru de vin alb sec. Se filtrează.

Se iau 4 linguri/zi, înainte de mese cu 15 minute.

Scleroză cerebrală, circulație cerebrală, memorie, pareze

Se prepară tinctura de saschiu.

Se umple o sticlă, trei sferturi, cu plantă peste care se toarnă alcool de 40°. Se lasă la macerat 14 zile, la temperatura camerei. Se filtrează şi se îmbuteliază în sticle mai mici şi de culoare închisă.

Se iau 3 linguriţe de tinctură, de 3 ori pe zi în puțină apă, înainte de mesele principale cu 15 minute.

Primele semne ale eficienței apar între 3 şi 6 săptămâni.

Nu se recomandă persoanelor cu ulcer gastric şi duodenal din cauza alcoolului conținut în tinctură.

Scleroză în plăci

- Se pun cataplasme pe coloană: o zi da, o zi nu, din usturoi pisat amestecat cu ulei de măsline, timp de 3 luni. După o lună de pauză, se poate relua.

Această rețetă se poate folosi cu succes și pentru atrofia musculară.

- Se fac masaje puternice, zilnice ale coloanei, între vertebre, cu miere până la senzația de dezlipire a pielii.

- Dietă cu multe cereale, mere dulci, grâu încolțit, polen, cătină, ginseng.

- Ceaiuri amare, hepatoprotectoare.

- Băi aromatice, la 37°C, timp de 20 de minute cu: coada calului, muguri de pin, levănțică, busuioc, tei, amestecate în părți egale.

- Masajul părților afectate cu tinctură de tătăneasă și ulei de sunătoare. Coloana vertebrală va fi masată cu ulei de mușețel.

Scleroză în plăci, afecțiuni ale măduvei spinării

Coada-șoricelului acționează asupra măduvei spinării determinând formarea de noi celule în sânge. Are efecte bune și în paralizii și în leucemii.

Se beau două căni de ceai pe zi, înghițitură cu înghițitură (infuzie dintr-o linguriță de plantă la cană 10 minute).

Se fac băi de șezut (una pe zi - seara înainte de culcare) și se unge coloana vertebrală dimineața cu tinctură de coada-șoricelului, iar seara se face masarea ei cu alifie de coada șoricelului.

- Baia de șezut: 100 g de coada-șoricelului se pun de dimineața până seara în apă rece; înainte de baie, se încălzește până la punctul de fierbere, se strecoară și se adaugă peste apa din lighean.

- Tinctura de coada-șoricelului: se umple o sticlă până la gât cu flori de coada-șoricelului. Se toarnă deasupra rachiu de fructe sau vodcă de 38-40°. Se lasă 14 zile la soare, după care se strecoară. Se păstrează

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

în sticle de culoare închisă.

- Alifie de coada-şoricelului: 90 g unt nesărat sau osânză curată de porc se pun pe foc într-o cratiţă. Se adaugă 15 inflorescenţe de coada-şoricelului bine mărunţite şi se lasă să se călească puţin, amestecând continuu cu o lingură de lemn. Se trage vasul deoparte şi se lasă până a doua zi. În ziua următoare se reâncălzeşte uşor şi se ia de pe foc. Se strecoară printr-un tifon şi se pune în borcane, care se păstrează în frigider.

Scleroză multiplă

Cura cu ulei de seminţe de in, timp de 21 de zile. Se iau 7 linguri/zi, apoi doza de întreţinere 2 linguri/zi.

Afecţiuni ale sistemului nervos

Se iau zilnic 15-35 g (în funcţie de vârstă: copil sau adult), polen sau 5-15 pastile de păstură.

Meningită

- Se pun comprese pe zona occipitală cu bitter suedez.

- Tinctură de propolis - se iau câte 25-35 picături de 3-4 ori/zi, cu 30 de minute înaintea meselor, timp de 3 săptămâni.

- Se face un decoct, 10 minute, dintr-o lingură la cană din următorul amestec în părţi egale: salcie, soc, ţintaură, troscot, păducel, afin sau merişor, cătină sau măceşe.

După fierbere, se infuzează 30 de minute. Se strecoară. Se beau 3 căni/zi cu 30 de minute înaintea meselor. Ceaiul nu se îndulceşte. Tratamentul durează o lună.

● Se consumă câte o linguriță de drojdie de bere uscată de 3 ori/zi, după masă, dizolvată în lapte sau în ceaiul îndulcit.
Tratamentul durează 2 săptămâni.

● Se consumă 4-5 linguri/zi de grâu încolțit.

● Se ia câte o linguriță de polen de 3 ori/zi după masă, timp de o lună.

Întărirea memoriei

● Se iau câte 3-5 picături de 3 ori/zi după mese, de ulei de coriandru. Picăturile se pun în 100 ml ceai sau apă.

● Se consumă morcov şi ananas.

● Se ia polen: 30 gr/zi.

● Se consumă usturoi zilnic.

● Ceaiuri recomandate: salvie, pelin, rozmarin, urzică. În ceai se pun 2 linguriţe de bitter suedez, zilnic.

ACEST VOLUM OMAGIAL ESTE OFERIT GRATUIT

Cuprins

Acrostih Regatul Meu 4

Omagiu Prințesei de Lumină 5

Acrostih De Dincolo de Sine 6

Rugăciune 8

Cuvânt despre Valeriu Popa 9

Cuvinte de Lumină 15

Pledoarie pentru gândirea pozitivă 24

Reîncarnarea 37

Moartea şi viaţa de dincolo 58

Sănătatea văzută prin prisma karmei 62

Avertisment 66

Regim de dezintoxicare "BG1" boli foarte grave/cancer (45 zile) 67

Regim de dezintoxicare cancer/stări precanceroase (45 zile) 70

Cură de dezintoxicare de o zi 71

Dietă bazică 72

Terapia cu argilă 74

Efectele miraculoase ale bitterului suedez 76

Apa vieții - metodă de terapie tradițională chineză 79
Cinci alimente miraculoase 81
Cura cu aloe 84
Zahărul alb 85
Margarina 86
Aditivii alimentari 87
Rețete tradiționale 89
Cancer 89
Aparatul circulator 96
Aparatul locomotor (oase, reumatism) 101
Organele de simț 106
Glandele endocrine (metabolism, pancreas) 121
Aparatul respirator 126
Aparatul urinar 130
Aparatul genital 137
Aparatul digestiv 147
Curățarea limfei 157
Paraziți intestinali 158
Sistemul nervos 159

Pentru a primi un exemplar gratuit din acest volum omagial, vă rugăm să ne sunați la telefoanele: 0745 153 875, 021 673 36 59 (d-na Sanda Ştefan, orele 10:30 - 20:30) sau telefon: 021 653 51 58 (d-nul Cezar Dumitrache, orele 10:00 - 21:00), **cu excepția zilelor de sâmbătă şi duminică**.

* * *

De asemenea, putem fi contactați la următoarele adrese:

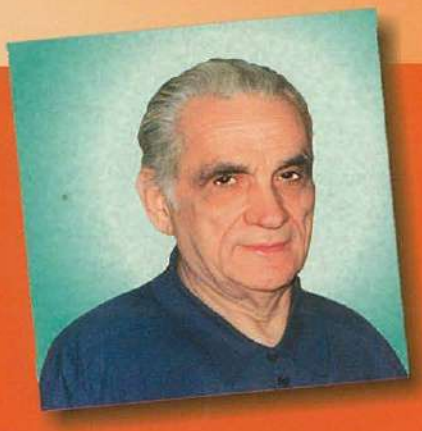
luminaveve939@yahoo.com
sanda939@yahoo.com
cezar939@yahoo.com

* * *

Prezentul volum omagial "Dăruim Lumină şi Iubire pentru sănătate şi evoluție spirituală" va putea fi găsit şi pe internet (tastând titlul), cel mai probabil începând cu luna martie 2009.

* * *

Această carte este un dar de Lumină şi Iubire din partea celei ce a fost în această viață lumina sufletului meu, soția mea Raluca Dumitrache.



Valeriu Popa (1924 - 1997)

Promotor neobosit, atât pentru terapiile naturiste în România, cât şi pentru studiul ştiinţific al fenomenelor aşa-zis "paranormale", despre care spunea că aparţin "ştiinţei de mâine", a învins iluzia lumii materiale prin iubirea de Dumnezeu şi de oameni.

Destinul său remarcabil, de întrajutorare dezinteresată a semenilor, va ramâne un exemplu demn de urmat.

Sufletul sau a devenit acum un suflet al Eternităţii.

Amintirea sa va dăinui, cu siguranţă, peste secolele ce vor veni, spre a servi ca pildă generaţiilor viitoare.

Dumnezeu să-l lumineze veşnic.

AMIN.

Raluca Dumitrache (1971 - 2002)

Dumnezeu a trimis-o pe acest pământ ca pe un dar spre bucuria celor ce au cunoscut-o şi au trăit alături de ea.

A fost un om de o puritate fără margini, de o finețe şi sensibilitate rar întâlnite pe această planetă.

Prinţesă a Luminii, va rămâne veşnic vie în memoria tuturor celor care au iubit-o şi au îndrăgit-o.

Iubirea şi Lumina Divină să o înconjoare veşnic.

AMIN.

EXEMPLAR GRATUIT

ISBN: 978-973-0-06000-3